

MENÚ FEBRERO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES 1
				Potaje de alubias Carne mechada con ensalada Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 745kcal/menú (77HC-37P-31G)
LUNES 4 Tallarines con salsa de tomate y verdura Tortilla de patata y champiñones Pan y yogur VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 730kcal/menú (94HC-52P-15G)	MARTES 5 Sopa de fideos Cazuela de cazón en salsa Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 670kcal/menú (92HC-25P-19G)	MIÉRCOLES 6 Cocido de garbanzos Pollo en salsa de manzana Pan y yogur VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 770kcal/menú (68HC-55P-26G)	JUEVES 7 Arroz en salsa de tomate y calabaza Huevos a la plancha con jamón cocido Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 736kcal/menú (144HC-31P-21G)	VIERNES 8 Patatas aliñadas Croquetas de carne con ensalada de tomate Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 694kcal/menú (75HC-27P-30G)
LUNES 11 Lentejas estofadas con jamón Hamburguesa con ensalada de maíz y york Pan y yogur VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 722kcal/menú (73HC-34P-25G)	MARTES 12 Estofado de patatas con mero Tortilla de queso con ensalada verde Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 682kcal/menú (82HC-40P-3G)	MIÉRCOLES 13 Macarrones con tomate y huevo duro Croquetas Pan y Yogur VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 769kcal/menú (83HC-48P-27G)	JUEVES 14 Cocido de garbanzos con fideos y verduras Pescada en salsa verde Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 687kcal/menú (93HC-47P-8G)	VIERNES 15 Paella de calamares y verduras Huevos fritos con kétchup de zanahoria Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 657kcal/menú (86HC-35P-19G)
LUNES 18 Alubias a la riojana Tortilla francesa con tomate asado Pan y yogur VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 692kcal/menú (69HC-39P-28G)	MARTES 19 Crema de patata y puerro Empanadillas de atún con ensalada Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 615kcal/menú (89HC-20P-19G)	MIÉRCOLES 20 Fideuá de pescado y verduras Lomo a la plancha con tomate aliñado Pan y yogur VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 700KCAL (75HC 38P 22G)	JUEVES 21 Salteado de arroz con maíz y tomate frito Tortilla de calabacín y chorizo Pan y fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 730KCAL (95HC 30P 18G)	VIERNES 22 Ensalada de pasta Albóndigas de pescado en salsa de guisantes Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 732kcal/menú (90HC-48P-19G)
LUNES 25 Patatas guisadas a la navarra Muslitos de pollo en salsa Pan y yogur VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 662kcal/menú (85HC-39P-17G)	MARTES 26 Lentejas con espinacas y chorizo Abadejo con crema de zanahorias Pan y Fruta fresca VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 712kcal/menú (78HC-51P-19G)	MIÉRCOLES 27 Arroz cremoso de pollo y pera Tortilla española con ensalada verde Pan y yogur VALORACIÓN TOTAL APROXIMADA 722kcal/menú (83HC-33P-24G)	JUEVES 28 Día de Andalucía	

*Todos nuestros platos están elaborados con aceite de oliva y sal yodada. Además, todo el menú está libre de grasas Trans.

*El menú ha sido elaborado y valorado nutricionalmente por una técnico en nutrición.