

L. CALIENTE		MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE:							
MES:	Mayo-25	MENÚ:	CEIP KATIA ACÍN		basal 3-8 años				
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes				
5	Crema de zanahoria Wok de pavo con verduritas Fruta Pan 536,5K Cal; 16,1Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 72,8Gr HC; 16,8Gr Azucres; 26,9Gr Proteínas; 6,1Gr Sal.	6	Guiso de alubias Tortilla de atún Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan integral 581K Cal; 20,4Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 77,8Gr HC; 16,2Gr Azucres; 24,8Gr Proteínas; 4,9Gr Sal.	7	Tricolor de verduras Jamonicitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan 547,2K Cal; 23,1Gr Grasa; 3,6Gr AGS; 53,2Gr HC; 17,3Gr Azucres; 22,2Gr Proteínas; 5,1Gr Sal.	8	Arroz con tomate Bacalao rebozado Ensalada de lechuga Fruta Pan 533,4K Cal; 16,5Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 73,7Gr HC; 16,2Gr Azucres; 25,7Gr Proteínas; 5,2Gr Sal.	9	Sopa de ave con pasta Cocido completo Yogur Pan 618,5K Cal; 21,8Gr Grasa; 6,5Gr AGS; 63,5Gr HC; 10,9Gr Azucres; 43,5Gr Proteínas; 6Gr Sal.
12	Judías verdes al ajillo con patata Albóndigas a la jardinera Fruta Pan 560,1K Cal; 17,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 61,5Gr HC; 16,8Gr Azucres; 29,9Gr Proteínas; 5,2Gr Sal.	13	Lentejas a la riojana Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan integral 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucres; 23Gr Proteínas; 3,7Gr Sal.	14	Paella de verduras Merluza en salsa marinera Fruta Pan 574,5K Cal; 16,2Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 70,9Gr HC; 15,2Gr Azucres; 32,4Gr Proteínas; 4Gr Sal.	15	Garbanzos estofados Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan 569K Cal; 16,7Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 62,6Gr HC; 3Gr Azucres; 33,8Gr Proteínas; 3Gr Sal.	16	Macarrones napolitana Abadejo al horno Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan 524,7K Cal; 11Gr Grasa; 1,8Gr AGS; 70,9Gr HC; 15,4Gr Azucres; 33,3Gr Proteínas; 5Gr Sal.
19	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 512,2K Cal; 32,3Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 40,2Gr HC; 15,4Gr Azucres; 13,6Gr Proteínas; 5,4Gr Sal.	20	Sopa de arroz Jamonicitos de pollo al chilindrón Fruta Pan integral 540,1K Cal; 15,3Gr Grasa; 2,8Gr AGS; 73,8Gr HC; 14,4Gr Azucres; 26,8Gr Proteínas; 5,6Gr Sal.	21	Macarrones con tomate Abadejo en salsa verde con guisantes Fruta Pan 555,9K Cal; 22,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 64,8Gr HC; 15,7Gr Azucres; 25,3Gr Proteínas; 6,9Gr Sal.	22	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucres; 23Gr Proteínas; 3,7Gr Sal.	23	Crema de verduras Longaniza al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur Pan 543,5K Cal; 25,6Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 61,8Gr HC; 12Gr Azucres; 13,8Gr Proteínas; 3,5Gr Sal.
26	Sopa de ave con pasta Estofado de pavo Fruta Pan 567,5K Cal; 21,9Gr Grasa; 3,8Gr AGS; 59Gr HC; 18,3Gr Azucres; 29,9Gr Proteínas; 5,8Gr Sal.	27	Garbanzos con espinacas Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maíz Fruta Pan integral 554,2K Cal; 18,9Gr Grasa; 3,9Gr AGS; 62,3Gr HC; 18Gr Azucres; 27,2Gr Proteínas; 4Gr Sal.	28	Crema de calabaza Pollo con arroz Fruta Pan 517,4K Cal; 16,9Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 54,4Gr HC; 16,2Gr Azucres; 28,5Gr Proteínas; 4,9Gr Sal.	29	Menestra de verduras con patata Hamburguesa mixta al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur Pan 595,6K Cal; 23,9Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 72,2Gr HC; 17,6Gr Azucres; 22,7Gr Proteínas; 5,7Gr Sal.	30	Ensalada de pasta con salsa Merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 554,1K Cal; 18,2Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 61,5Gr HC; 15,4Gr Azucres; 33,5Gr Proteínas; 3,7Gr Sal.

L. CALIENTE		MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE: 												
MES:	Mayo-25	MENÚ:	CEIP KATIA ACÍN	basal 9-13 años										
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes									
5	Crema de zanahoria Wok de pavo con verduritas Fruta Pan 708K Cal; 19Gr Grasa; 4,8Gr AGS; 87,2Gr HC; 32,3Gr Azucares; 42,4Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	6	Guiso de alubias Tortilla de atún Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan integral 698,5K Cal; 16,8Gr Grasa; 4,2Gr AGS; 90,4Gr HC; 15,9Gr Azucares; 40Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	7	Tricolor de verduras Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 683,2K Cal; 22,8Gr Grasa; 4,1Gr AGS; 84,6Gr HC; 23,6Gr Azucares; 32,9Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.	8	Arroz con tomate Bacalao rebozado Ensalada de lechuga Fruta Pan 785K Cal; 36,5Gr Grasa; 3,9Gr AGS; 94,4Gr HC; 16,2Gr Azucares; 17,5Gr Proteinas; 4,4Gr Sal.	9	Sopa de ave con pasta Cocido completo Yogur Pan 718,5K Cal; 31,8Gr Grasa; 6,5Gr AGS; 63,5Gr HC; 10,9Gr Azucares; 43,5Gr Proteinas; 6Gr Sal.					
12	Judías verdes al ajillo con patata Albóndigas a la jardinera Fruta Pan 761,8K Cal; 27Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 102,6Gr HC; 21Gr Azucares; 20,6Gr Proteinas; 4,1Gr Sal.	13	Lentejas a la riojana Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 642K Cal; 23,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 75,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	14	Paella de verduras Merluza en salsa marinera Fruta Pan 694,8K Cal; 21,7Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 84,7Gr HC; 17,3Gr Azucares; 38,8Gr Proteinas; 4,7Gr Sal.	15	Garbanzos estofados Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan 637,4K Cal; 23,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 74,8Gr HC; 3,9Gr Azucares; 27Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	16	Macarrones napolitana Abadejo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 755,9K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucares; 55,3Gr Proteinas; 6,9Gr Sal.					
19	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 653,4K Cal; 36,5Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 63,7Gr HC; 16,2Gr Azucares; 15,1Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	20	Sopa de arroz Jamoncitos de pollo al chilindrón Fruta Pan integral 673,7K Cal; 26,5Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 83,7Gr HC; 16,2Gr Azucares; 25,1Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	21	Macarrones con tomate Abadejo en salsa verde con guisantes Fruta Pan 755,9K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucares; 55,3Gr Proteinas; 6,9Gr Sal.	22	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 681K Cal; 22,4Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 87,8Gr HC; 16,2Gr Azucares; 24,8Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.	23	Crema de verduras Longaniza al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur Pan 668,2K Cal; 20,7Gr Grasa; 2Gr AGS; 84,4Gr HC; 18,1Gr Azucares; 23,3Gr Proteinas; 5,6Gr Sal.					
26	Sopa de ave con pasta Estofado de pavo Fruta Pan 718,5K Cal; 31,8Gr Grasa; 6,5Gr AGS; 63,5Gr HC; 10,9Gr Azucares; 43,5Gr Proteinas; 6Gr Sal.	27	Garbanzos con espinacas Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 721K Cal; 18,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 90,2Gr HC; 16,4Gr Azucares; 40,5Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	28	Crema de calabaza Pollo con arroz Fruta Pan 660,1K Cal; 27,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 61,5Gr HC; 16,8Gr Azucares; 29,9Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	29	Menestra de verduras con patata Hamburguesa mixta al horno Ensalada de lechuga y tomate Yogur Pan 769,6K Cal; 26Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 92,2Gr HC; 17,6Gr Azucares; 32,7Gr Proteinas; 5,7Gr Sal.	30	Ensalada de pasta con salsa Merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 654,1K Cal; 29,2Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 61,5Gr HC; 15,4Gr Azucares; 33,5Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.					

L. CALIENTE		MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE:							
MES: Mayo-25		MENÚ: 002 - Sin cerdo							
Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
5	Crema de zanahoria Wok de pavo con verduritas Fruta Pan 708K Cal; 19Gr Grasa; 4,8Gr AGS; 87,2Gr HC; 32,3Gr Azucares; 42,4Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	6	Guiso de alubias Tortilla de atún Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan integral 699,9K Cal; 16,9Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 90,5Gr HC; 15,9Gr Azucares; 40,1Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	7	Tricolor de verduras Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 683,2K Cal; 22,8Gr Grasa; 4,1Gr AGS; 84,6Gr HC; 23,6Gr Azucares; 32,9Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.	8	Arroz con tomate Bacalao rebozado Ensalada de lechuga Fruta Pan 787,3K Cal; 36,6Gr Grasa; 3,9Gr AGS; 94,6Gr HC; 16,2Gr Azucares; 17,7Gr Proteinas; 4,4Gr Sal.	9	Sopa de ave con pasta Abadejo en salsa verde con guisantes Yogur Pan 511,5K Cal; 20,8Gr Grasa; 0,5Gr AGS; 32,3Gr HC; 53,5Gr Azucares;26,5Gr Proteinas; 1,8Gr Sal.
12	Judías verdes al ajillo con patata Merluza en salsa de puerros Fruta Pan 573,6K Cal; 14,7Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 69,4Gr HC; 17,5Gr Azucares; 34,4Gr Proteinas; 5Gr Sal.	13	Lentejas a la riojana Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 642K Cal; 23,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 75,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	14	Paella de verduras Merluza en salsa marinera Fruta Pan 694,8K Cal; 21,7Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 84,7Gr HC; 17,3Gr Azucares; 38,8Gr Proteinas; 4,7Gr Sal.	15	Garbanzos estofados Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan 637,4K Cal; 23,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 74,8Gr HC; 3,9Gr Azucares; 27Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	16	Macarrones napolitana Abadejo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 755,9K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucares; 55,3Gr Proteinas; 6,9Gr Sal.
19	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 653,4K Cal; 36,5Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 63,7Gr HC; 16,2Gr Azucares; 15,1Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	20	Sopa de arroz Jamoncitos de pollo al chilindrón Fruta Pan integral 673,7K Cal; 26,5Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 83,7Gr HC; 16,2Gr Azucares; 25,1Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	21	Macarrones con tomate Abadejo en salsa verde con guisantes Fruta Pan 755,9K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 84,8Gr HC; 15,7Gr Azucares; 55,3Gr Proteinas; 6,9Gr Sal.	22	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 681K Cal; 22,4Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 87,8Gr HC; 16,2Gr Azucares; 24,8Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.	23	Crema de verduras Merluza a la romana Ensalada de lechuga Yogur Pan 622,3K Cal; 23,9Gr Grasa; 2,7Gr AGS; 65,1Gr HC; 12,9Gr Azucares; 33,6Gr Proteinas; 3,6Gr Sal.
26	Sopa de ave con pasta Estofado de pavo Fruta Pan 718,5K Cal; 31,8Gr Grasa; 6,5Gr AGS; 63,5Gr HC; 10,9Gr Azucares; 43,5Gr Proteinas; 6Gr Sal.	27	Garbanzos con espinacas Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 721K Cal; 18,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 90,2Gr HC; 16,4Gr Azucares; 40,5Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	28	Crema de calabaza Pollo con arroz Fruta Pan 660,1K Cal; 27,8Gr Grasa; 3,4Gr AGS; 61,5Gr HC; 16,8Gr Azucares; 29,9Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	29	Menestra de verduras con patata Abadejo al horno Ensalada de lechuga Yogur Pan 652,9K Cal; 20,8Gr Grasa; 2,8Gr AGS; 74,9Gr HC; 19Gr Azucares; 37,3Gr Proteinas; 5,5Gr Sal.	30	Ensalada de pasta con salsa Merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 555,5K Cal; 18,2Gr Grasa; 3,6Gr AGS; 61,6Gr HC; 15,4Gr Azucares; 33,6Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.

MES: **Mayo-25**

MENÚ: **003 - Sin gluten**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
5	Crema de zanahoria Wok de pavo con verduritas Fruta Pan sin gluten 708K Cal; 19Gr Grasa; 4,8Gr AGS; 87,2Gr HC; 32,3Gr Azucares; 42,4Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	Guiso de alubias Tortilla de atún Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan sin gluten 699,9K Cal; 16,9Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 90,5Gr HC; 15,9Gr Azucares; 40,1Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	Tricolor de verduras Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan sin gluten 547,2K Cal; 23,1Gr Grasa; 3,6Gr AGS; 53,2Gr HC; 17,3Gr Azucares; 22,2Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	Arroz con tomate Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta Pan sin gluten 530,6K Cal; 11,8Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 73,7Gr HC; 14,3Gr Azucares; 29,8Gr Proteinas; 4,4Gr Sal.	Sopa de verduras Cocido completo Yogur Pan sin gluten 666,7K Cal; 30Gr Grasa; 6,5Gr AGS; 59Gr HC; 10,2Gr Azucares; 40Gr Proteinas; 5,7Gr Sal.
12	Judías verdes al ajillo con patata Merluza en salsa de puerros Fruta Pan sin gluten 573,6K Cal; 14,7Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 69,4Gr HC; 17,5Gr Azucares; 34,4Gr Proteinas; 5Gr Sal.	Crema de zanahoria Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan sin gluten 609,5K Cal; 22,4Gr Grasa; 2,3Gr AGS; 80,3Gr HC; 30,7Gr Azucares; 14,5Gr Proteinas; 5Gr Sal.	Paella de verduras Merluza en salsa marinera Fruta Pan sin gluten 574,5K Cal; 16,2Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 70,9Gr HC; 15,2Gr Azucares; 32,4Gr Proteinas; 4Gr Sal.	Garbanzos estofados Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan sin gluten 570,4K Cal; 16,8Gr Grasa; 2,4Gr AGS; 62,8Gr HC; 3,1Gr Azucares; 33,9Gr Proteinas; 3Gr Sal.	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Abadejo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan sin gluten 524,7K Cal; 11Gr Grasa; 1,8Gr AGS; 70,9Gr HC; 15,4Gr Azucares; 33,3Gr Proteinas; 5Gr Sal.
19	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan sin gluten 512,2K Cal; 32,3Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 40,2Gr HC; 15,4Gr Azucares; 13,6Gr Proteinas; 5,4Gr Sal.	Sopa de arroz Jamoncitos de pollo al chilindrón Fruta Pan sin gluten 556,2K Cal; 26Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 43,7Gr HC; 17,4Gr Azucares; 30,1Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	Macarrones sin gluten ni huevo con tomate Abadejo en salsa verde con guisantes Fruta Pan sin gluten 579,7K Cal; 26,1Gr Grasa; 0,9Gr AGS; 69,4Gr HC; 15Gr Azucares; 16Gr Proteinas; 3,5Gr Sal.	Espinacas con sofrito Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan sin gluten 515,7K Cal; 19,6Gr Grasa; 2,2Gr AGS; 32,5Gr HC; 44,7Gr Azucares; 15,3Gr Proteinas; 4,1Gr Sal.	Crema de verduras Longaniza al horno Ensalada de lechuga Yogur Pan sin gluten 668,2K Cal; 20,7Gr Grasa; 2Gr AGS; 84,4Gr HC; 18,1Gr Azucares; 23,3Gr Proteinas; 5,6Gr Sal.
26	Sopa de verduras Estofado de pavo Fruta Pan sin gluten 515,7K Cal; 20,1Gr Grasa; 3,8Gr AGS; 54,5Gr HC; 17,6Gr Azucares; 26,4Gr Proteinas; 5,6Gr Sal.	Garbanzos con espinacas Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan sin gluten 721K Cal; 18,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 90,2Gr HC; 16,4Gr Azucares; 40,5Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	Crema de calabaza Pollo con arroz Fruta Pan sin gluten 517,4K Cal; 16,9Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 54,4Gr HC; 16,2Gr Azucares; 28,5Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.	Menestra de verduras con patata Hamburguesa mixta al horno Ensalada de lechuga Yogur Pan sin gluten 769,6K Cal; 26Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 92,2Gr HC; 17,6Gr Azucares; 32,7Gr Proteinas; 5,7Gr Sal.	Ensalada de pasta sin gluten con salsa Merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan sin gluten 555,5K Cal; 18,2Gr Grasa; 3,6Gr AGS; 61,6Gr HC; 15,4Gr Azucares; 33,6Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.

L. CALIENTE		MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE:							
MES: Mayo-25		MENÚ: 004 - Sin lactosa, PLV							
Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
5	Crema de zanahoria Wok de pavo con verduritas Fruta Pan 708K Cal; 19Gr Grasa; 4,8Gr AGS; 87,2Gr HC; 32,3Gr Azucares; 42,4Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	6	Guiso de alubias Tortilla de atún Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan integral 699,9K Cal; 16,9Gr Grasa; 4,3Gr AGS; 90,5Gr HC; 15,9Gr Azucares; 40,1Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	7	Tricolor de verduras Jamonicitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 547,2K Cal; 23,1Gr Grasa; 3,6Gr AGS; 53,2Gr HC; 17,3Gr Azucares; 22,2Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	8	Arroz con tomate Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta Pan 530,6K Cal; 11,8Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 73,7Gr HC; 14,3Gr Azucares; 29,8Gr Proteinas; 4,4Gr Sal.	9	Sopa de ave con pasta Cocido completo Yogur de soja Pan 718,5K Cal; 31,8Gr Grasa; 6,5Gr AGS; 63,5Gr HC; 10,9Gr Azucares; 43,5Gr Proteinas; 6Gr Sal.
12	Judías verdes al ajillo con patata Merluza en salsa de puerros Fruta Pan 573,6K Cal; 14,7Gr Grasa; 3,3Gr AGS; 69,4Gr HC; 17,5Gr Azucares; 34,4Gr Proteinas; 5Gr Sal.	13	Lentejas a la riojana Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	14	Paella de verduras Merluza en salsa marinera Fruta Pan 574,5K Cal; 16,2Gr Grasa; 1,6Gr AGS; 70,9Gr HC; 15,2Gr Azucares; 32,4Gr Proteinas; 4Gr Sal.	15	Garbanzos estofados Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur de soja Pan 570,4K Cal; 16,8Gr Grasa; 2,4Gr AGS; 62,8Gr HC; 3,1Gr Azucares; 33,9Gr Proteinas; 3Gr Sal.	16	Macarrones napolitana Abadejo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 524,7K Cal; 11Gr Grasa; 1,8Gr AGS; 70,9Gr HC; 15,4Gr Azucares; 33,3Gr Proteinas; 5Gr Sal.
19	Ensaladilla rusa con salsa Salmón en salsa pomodoro Fruta Pan 512,2K Cal; 32,3Gr Grasa; 5,8Gr AGS; 40,2Gr HC; 15,4Gr Azucares; 13,6Gr Proteinas; 5,4Gr Sal.	20	Sopa de arroz Jamonicitos de pollo al chilindrón Fruta Pan integral 556,2K Cal; 26Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 43,7Gr HC; 17,4Gr Azucares; 30,1Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	21	Macarrones con tomate Abadejo en salsa verde con guisantes Fruta Pan 579,7K Cal;2 6,1Gr Grasa; 0,9Gr AGS; 69,4Gr HC; 15Gr Azucares; 16Gr Proteinas; 3,5Gr Sal.	22	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	23	Crema de verduras Longaniza al horno Ensalada de lechuga Yogur de soja Pan 668,2K Cal; 20,7Gr Grasa; 2Gr AGS; 84,4Gr HC; 18,1Gr Azucares; 23,3Gr Proteinas; 5,6Gr Sal.
26	Sopa de ave con pasta Estofado de pavo Fruta Pan 567,5K Cal; 21,9Gr Grasa; 3,8Gr AGS; 59Gr HC; 18,3Gr Azucares; 29,9Gr Proteinas; 5,8Gr Sal.	27	Garbanzos con espinacas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 646,6K Cal; 21,4Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 80,8Gr HC; 16Gr Azucares; 27,3Gr Proteinas; 4,6Gr Sal.	28	Arroz con tomate Pechuga de pollo al limón Fruta Pan 544,4K Cal; 19,9Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 54,4Gr HC; 16,2Gr Azucares; 28,5Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.	29	Menestra de verduras con patata Hamburguesa vegetal Ensalada de lechuga Yogur de soja Pan 585,8K Cal; 25,1Gr Grasa; 5,1Gr AGS; 68,4Gr HC; 18Gr Azucares; 17,3Gr Proteinas; 6,1Gr Sal.	30	Ensalada de pasta con salsa Merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 555,5K Cal; 18,2Gr Grasa; 3,6Gr AGS; 61,6Gr HC; 15,4Gr Azucares; 33,6Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.

L. CALIENTE		MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE:							
MES: Mayo-25		MENÚ: 009 - Sin pescado							
Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
5	Crema de zanahoria Wok de pavo con verduritas Fruta Pan 708K Cal; 19Gr Grasa; 4,8Gr AGS; 87,2Gr HC; 32,3Gr Azucares; 42,4Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	6	Guiso de alubias Tortilla francesa Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan integral 625,5K Cal; 19,7Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 81,2Gr HC; 15,6Gr Azucares; 26,9Gr Proteinas; 4,3Gr Sal.	7	Tricolor de verduras Jamoncitos de pollo al horno Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 547,2K Cal; 23,1Gr Grasa; 3,6Gr AGS; 53,2Gr HC; 17,3Gr Azucares; 22,2Gr Proteinas; 5,1Gr Sal.	8	Arroz con tomate Lomo adobado Ensalada de lechuga Fruta Pan 560,6K Cal; 16,5Gr Grasa; 2,5Gr AGS; 76,9Gr HC; 15Gr Azucares; 24,6Gr Proteinas; 6,1Gr Sal.	9	Sopa de ave con pasta Cocido completo Yogur Pan 718,5K Cal; 31,8Gr Grasa; 6,5Gr AGS; 63,5Gr HC; 10,9Gr Azucares; 43,5Gr Proteinas; 6Gr Sal.
12	Judías verdes al ajillo con patata Albóndigas a la jardinera Fruta Pan 761,8K Cal; 27Gr Grasa; 1,7Gr AGS; 102,6Gr HC; 21Gr Azucares; 20,6Gr Proteinas; 4,1Gr Sal.	13	Lentejas a la riojana Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	14	Paella de verduras Pechuga de pollo al limón Fruta Pan 552,9K Cal; 24,7Gr Grasa; 4Gr AGS; 63,5Gr HC; 18,4Gr Azucares; 14,7Gr Proteinas; 4,1Gr Sal.	15	Garbanzos estofados Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Yogur Pan 570,4K Cal; 16,8Gr Grasa; 2,4Gr AGS; 62,8Gr HC; 3,1Gr Azucares; 33,9Gr Proteinas; 3Gr Sal.	16	Macarrones napolitana Chuleta sajonia Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 554,7K Cal; 15,7Gr Grasa; 2,2Gr AGS; 74,1Gr HC; 16,1Gr Azucares; 28,1Gr Proteinas; 6,7Gr Sal.
19	Ensaladilla rusa con salsa sin pescado Tortilla francesa Ensalada de lechuga y tomate Fruta Pan 511,8K Cal; 28Gr Grasa; 6,2Gr AGS; 33,2Gr HC; 29,6Gr Azucares; 16,5Gr Proteinas; 5Gr Sal.	20	Sopa de arroz Jamoncitos de pollo al chilindrón Fruta Pan integral 673,7K Cal; 26,5Gr Grasa; 3,5Gr AGS; 83,7Gr HC; 16,2Gr Azucares; 25,1Gr Proteinas; 5,2Gr Sal.	21	Macarrones con tomate Contramuslo de pollo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 514,4K Cal; 12,6Gr Grasa; 2,5Gr AGS; 70,5Gr HC; 15,3Gr Azucares; 25,8Gr Proteinas; 4,5Gr Sal.	22	Lentejas guisadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan 542K Cal; 19,1Gr Grasa; 2,1Gr AGS; 60,1Gr HC; 16Gr Azucares; 23Gr Proteinas; 3,7Gr Sal.	23	Crema de verduras Longaniza al horno Ensalada de lechuga Yogur Pan 668,2K Cal; 20,7Gr Grasa; 2Gr AGS; 84,4Gr HC; 18,1Gr Azucares; 23,3Gr Proteinas; 5,6Gr Sal.
26	Sopa de ave con pasta Estofado de pavo Fruta Pan 567,5K Cal; 21,9Gr Grasa; 3,8Gr AGS; 59Gr HC; 18,3Gr Azucares; 29,9Gr Proteinas; 5,8Gr Sal.	27	Garbanzos con espinacas Tortilla casera de queso Ensalada de lechuga y maiz Fruta Pan integral 721K Cal; 18,6Gr Grasa; 4Gr AGS; 90,2Gr HC; 16,4Gr Azucares; 40,5Gr Proteinas; 5,3Gr Sal.	28	Crema de calabaza Pollo con arroz Fruta Pan 517,4K Cal; 16,9Gr Grasa; 3,1Gr AGS; 54,4Gr HC; 16,2Gr Azucares; 28,5Gr Proteinas; 4,9Gr Sal.	29	Menestra de verduras con patata Hamburguesa mixta al horno Ensalada de lechuga Yogur Pan 769,6K Cal; 26Gr Grasa; 2,9Gr AGS; 92,2Gr HC; 17,6Gr Azucares; 32,7Gr Proteinas; 5,7Gr Sal.	30	Ensalada de pasta sin pescado con salsa Pechuga de pollo al limón Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta Pan 517,8K Cal; 18,4Gr Grasa; 3,9Gr AGS; 61,2Gr HC; 15,3Gr Azucares; 23,2Gr Proteinas; 3Gr Sal.

MES: **Mayo-25**

MENÚ: **CENAS**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
5	SOPA DE AVE CON PASTA MARAVILLA NUGGETS DE PESCADO CASEROS FRUITA	6	BRÓCOLI AL AJILLO HAMBURGUESA DE TERNERA CON PATATA ASADA FRUITA	7	ALCACHOFA AL HORNO CAVALLA AL HORNO CON CROSTA DE PAN RALLADO IOGURT	8	MENESTRA DE VERDURES CON SALTEADO DE JAMÓN ALITAS DE POLLO AL HORNO FRUITA	9	ENSALADA DE TOMATE, QUESO Y ALBAHACA TORTILLA A LA FRANCESA CON JAMÓN Y QUESO FLAM D'OU
12	ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA, BACON, ZANAHORIA Y GUISANTES POMA AL FORN	13	ACELGAS SALTEADAS AL AJILLO TRUCHA CON JAMÓN AL HORNO IOGURT	14	PATATAS GRATINADAS CON CARNE PICADA, BECHAMEL Y QUESO FRUITA	15	CALDO CON VERDURAS JULIANA, HUEVO DURO Y PICATOSTES QUESO FRESCO	16	ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, ACEITUNAS TIRAS DE POLLO REBOZADO FRUITA
19	CREMA DE VERDURAS SALCHICHAS DE POLLO CON VERDURAS ASADAS FRUITA	20	HABITAS BABY CON JAMÓN LENGUADO A LA PLANCHA CON BRÓCOLI SALTEADO FRUITA	21	ARROZ AL CURRY PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL FRUITA	22	ENSALADA DE LECHUGA CON QUESO DE CABRA Y FRUTOS SECOS TORTILLA A LA FRANCESA IOGURT	23	SOPA DE VERDURAS PIZZA CASERA DE YORK Y QUESO FRUITA
26	SALMÓN CON VERDURAS Y ARROZ SALTEADO FRUITA	27	PURÉ DE CALABACÍN BISTEC DE TERNERA CON CHAMPINYONES SALTEADOS MEL I MATÓ	28	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, PEPINO, CEBOLLA Y TOMATE PIZZA DE ATÚN FRUITA	29	CALAMARES A LA AMERICANA CON ARROZ SALTEADO FRUITA	30	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, OLIVAS Y MAIZ QUICHE DE VERDURAS IOGURT