

Menú semana 05/10/20-09/10/20

Lunes 05	Martes 06	Miércoles 07	Jueves 08	Viernes 09
Espirales salteados con cebolla, judías verdes* y bacon	Menestra	Judías blancas estofadas	Arroz* a la marinera	Crema de coliflor* y zanahoria
Merluza a la vizcaina	Pechuga empanada y ensalada	Tortilla* de queso y tomates* aliñados	Redondo de pavo con almendras	Hamburguesas de ternera y ensalada
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Yogurt	Fruta	Fruta
Energía: 701 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 28gr. Proteínas: 37gr. Hidratos de carbono: 97gr	Energía: 705 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 702 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 39gr. Hidratos de carbono: 97gr

***Producto ecológico**

Menú semana 13/10/20-16/10/20

Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
Migas aragonesas	Judías verdes con patatas*	Garbanzos con tomate*	Arroz* al horno con verduritas
Pollo al Chilindrón	Cazón en adobo y ensalada	Croquetas de zanahoria, puerros y jamón con ensalada	Longaniza asada y tomates* aliñados
Pan	Pan	Pan	Pan
Macedonia	Fruta	Yogurt	Fruta
Energía: 710 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 39gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 39gr. Hidratos de carbono: 98gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 39gr. Hidratos de carbono: 95gr	Energía: 705 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 39gr. Hidratos de carbono: 99gr

***Producto ecológico**

Menú semana 19/10/20-23/10/20

Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
Crema de Calabaza*	Macarrones Napolitana	Acelgas* con patatas	Lentejas* castellana	Arroz* salteado con guisantes y gambitas
Fricandó	Bacalao gratinado y ensalada	Albóndigas de soja con tomate	Tortilla* de patata y ensalada	Cabezada de cerdo empanada y tomates* aliñados
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Yogurt Val de Cinca	Fruta
Energía: 699 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 39gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 38gr. Hidratos de carbono: 97gr	Energía: 698 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 35gr. Hidratos de carbono: 97gr	Energía: 710 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 39gr. Hidratos de carbono: 99gr

***Producto ecológico**

Menú semana 26/10/20-30/10/20

Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
Fideuá	Judías blancas estofadas	Brócoli* con patatas	Arroz* con tomate	Souffle de boniato y parmesano
Pavo asado con manzana	Huevo duro* y ensalada	Lenguado a la romana y tomates* aliñados	Pechuga de pollo al aceite de orégano y ensalada	Lomo en salsa de castañas
Pan	Pan	Pan	Pan	Pan
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Natillas* de naranja
Energía: 705 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 29gr. Proteínas: 29gr. Hidratos de carbono: 94gr	Energía: 695 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 29gr. Hidratos de carbono: 97gr	Energía: 700 kcal. Grasas: 30gr. Proteínas: 30gr. Hidratos de carbono: 99gr	Energía: 710 kcal. Grasas: 31gr. Proteínas: 31gr. Hidratos de carbono: 99gr

***Producto ecológico**