

Noviembre 2021

LBASAL: BASAL
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	2 KCal. 744 H.C. 85 Lip. 29 P. 40 PATATAS CON CHORIZO LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PURE DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 749 H.C. 92 Lip. 33 P. 22 CREMA DE GUISANTES ECOLÓGICOS FRITURA VARIADA DE PESCADO • DELICIAS DE BROCOLI FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 753 H.C. 88 Lip. 35 P. 27 SOPA DE PICADILLO ESCALOPE DE POLLO • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	5 KCal. 577 H.C. 72 Lip. 20 P. 32 LENTEJAS CASERAS HUEVOS CON PISTO YOGUR PAN INTEGRAL		
8 KCal. 645 H.C. 95 Lip. 18 P. 32 PURE CALABAZA ECOLOGICA MAGRO DE CERDO CON SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN		10 KCal. 671 H.C. 90 Lip. 21 P. 34 PATATAS CON MAGRO REDONDO DE PAVO EN SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 722 H.C. 90 Lip. 31 P. 24 GARBANZOS ECOLÓGICOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	12 KCal. 904 H.C. 116 Lip. 37 P. 30 ARROZ TRES DELICIAS BACALAO EMPANADO • ENSALADA VERDE NATILLAS PAN INTEGRAL		
15 KCal. 705 H.C. 73 Lip. 34 P. 27 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	16 KCal. 724 H.C. 80 Lip. 28 P. 42 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS SALMON EN SU JUGO SOBRE LECHO DE VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 803 H.C. 120 Lip. 30 P. 19 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 942 H.C. 117 Lip. 41 P. 33 FABADA ASTURIANA ROLLO DE CACHOPO • PATATAS FRITAS ARROZ CON LECHE CASERO PAN	19 KCal. 777 H.C. 108 Lip. 29 P. 26 MACARRONES PRIMAVERA MERLUZA REBOZADA • VERDURITAS YOGUR PAN INTEGRAL		
22 KCal. 677 H.C. 69 Lip. 27 P. 42 GUISANTES SALTEADOS CON JAMON POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	23 KCal. 662 H.C. 77 Lip. 25 P. 36 PURE DE VERDURAS ECOLÓGICO GOULASH DE TERNERA CON PATATAS FRUTA ECOLOGICA PAN	24 KCal. 752 H.C. 93 Lip. 27 P. 40 LENTEJAS ECOLOGICAS A LA HORTELANA HUEVOS CON SALCHICHAS DE PAVO EN SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 682 H.C. 76 Lip. 30 P. 31 PATATAS CON CHORIZO MERLUZA HORNEADA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	26 KCal. 646 H.C. 76 Lip. 26 P. 31 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL		
29 KCal. 577 H.C. 62 Lip. 24 P. 32 JUDÍAS VERDES CON PATATAS MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	30 KCal. 813 H.C. 120 Lip. 27 P. 22 FIDEUA DE POLLO EMPANADILLAS DE ATUN • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN					

Noviembre 2021

LCE00003: CELIACO, NO LECHE
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	2 KCal. 575 H.C. 69 Lip. 20 P. 32 PATATAS A LA RIOJANA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON CHAMPIÑON FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	3 KCal. 702 H.C. 75 Lip. 32 P. 30 GUISANTES CON PATATAS MERLUZA A LA ROMANA • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	4 KCal. 579 H.C. 74 Lip. 18 P. 32 SOPA DE ARROZ FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	5 KCal. 779 H.C. 76 Lip. 40 P. 32 LENTEJAS HUEVOS COCIDOS CON PATATAS GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN		
8 KCal. 569 H.C. 67 Lip. 22 P. 27 PURE DE CALABAZA MAGRO ESTOFADO CON VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN		10 KCal. 615 H.C. 73 Lip. 21 P. 34 GUISADO DE PATATAS CON MAGRO ESTOFADO DE PAVO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	11 KCal. 784 H.C. 88 Lip. 39 P. 22 GARBANZOS ESTOFADOS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	12 KCal. 676 H.C. 83 Lip. 25 P. 31 ARROZ TRES DELICIAS BACALAO ENHARINADO CON HARINA DE MAIZ • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN		
15 KCal. 618 H.C. 59 Lip. 29 P. 27 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA CON PATATA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	16 KCal. 836 H.C. 85 Lip. 37 P. 44 ALUBIAS PINTAS SALMON AL HORNO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	17 KCal. 931 H.C. 108 Lip. 47 P. 24 ARROZ CON TOMATE HUEVOS COCIDOS CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	18 KCal. 602 H.C. 66 Lip. 22 P. 37 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN	19 KCal. 725 H.C. 95 Lip. 30 P. 22 MACARRONES SIN GLUTEN CON VERDURAS MERLUZA ENHARINADA SIN GLUTEN • VERDURITAS GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN		
22 KCal. 646 H.C. 70 Lip. 25 P. 36 GUISANTES CON PATATAS POLLO ASADO CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	23 KCal. 595 H.C. 67 Lip. 21 P. 35 PURE DE VERDURAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	24 KCal. 804 H.C. 97 Lip. 31 P. 37 LENTEJAS SALCHICHAS DE PAVO CON TOMATE Y CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	25 KCal. 555 H.C. 71 Lip. 21 P. 22 PATATAS A LA RIOJANA FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	26 KCal. 605 H.C. 96 Lip. 16 P. 24 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN		
29 KCal. 563 H.C. 62 Lip. 24 P. 25 JUDIAS VERDES CON PATATAS MAGRO DE CERDO ASADO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	30 KCal. 639 H.C. 102 Lip. 18 P. 20 ESPAGUETIS DE ARROZ CON TOMATE FILETE DE MERLUZA CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN					

Noviembre 2021

LMU00001: NO CERDO
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	2 KCal. 568 H.C. 89 Lip. 11 P. 34 <u>PATATAS CON SALSA VERDE</u> <u>PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA</u> • PURE DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 749 H.C. 92 Lip. 33 P. 22 CREMA DE GUISANTES ECOLÓGICOS FRITURA VARIADA DE PESCADO • DELICIAS DE BROCOLI FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 713 H.C. 91 Lip. 31 P. 23 <u>SOPA DE ARROZ</u> ESCALOPE DE POLLO • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	5 KCal. 523 H.C. 75 Lip. 14 P. 29 <u>LENTEJAS</u> HUEVOS CON PISTO YOGUR PAN INTEGRAL		
8 KCal. 584 H.C. 74 Lip. 17 P. 39 PURE CALABAZA ECOLOGICA <u>RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS</u> FRUTA DE TEMPORADA PAN		10 KCal. 600 H.C. 93 Lip. 15 P. 28 <u>PATATAS CON SALSA VERDE</u> REDONDO DE PAVO EN SALSA DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 722 H.C. 90 Lip. 31 P. 24 GARBANZOS ECOLÓGICOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	12 KCal. 884 H.C. 117 Lip. 36 P. 28 <u>ARROZ CON ZANAHORIA</u> BACALAO EMPANADO • ENSALADA VERDE NATILLAS PAN INTEGRAL		
15 KCal. 659 H.C. 71 Lip. 28 P. 32 MENESTRA DE VERDURAS <u>HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA CON PATATA</u> FRUTA DE TEMPORADA PAN	16 KCal. 724 H.C. 80 Lip. 28 P. 42 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS SALMON EN SU JUGO SOBRE LECHO DE VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 803 H.C. 120 Lip. 30 P. 19 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 700 H.C. 91 Lip. 19 P. 46 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS <u>PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA</u> • PATATAS FRITAS ARROZ CON LECHE CASERO PAN	19 KCal. 777 H.C. 108 Lip. 29 P. 26 MACARRONES PRIMAVERA MERLUZA REBOZADA • VERDURITAS YOGUR PAN INTEGRAL		
22 KCal. 665 H.C. 74 Lip. 25 P. 38 <u>GUISANTES CON PATATAS</u> POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	23 KCal. 662 H.C. 77 Lip. 25 P. 36 PURE DE VERDURAS ECOLÓGICO GOULASH DE TERNERA CON PATATAS FRUTA ECOLOGICA PAN	24 KCal. 752 H.C. 93 Lip. 27 P. 40 LENTEJAS ECOLOGICAS A LA HORTELANA HUEVOS CON SALCHICHAS DE PAVO EN SALSA DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 575 H.C. 71 Lip. 24 P. 24 <u>HERVIDO DE PATATA Y ZANAHORIA</u> MERLUZA HORNEADA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	26 KCal. 635 H.C. 94 Lip. 18 P. 30 <u>SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO</u> YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL		
29 KCal. 565 H.C. 66 Lip. 19 P. 36 JUDÍAS VERDES CON PATATAS <u>POLLO ESTOFADO CON PATATAS</u> FRUTA DE TEMPORADA PAN	30 KCal. 813 H.C. 120 Lip. 27 P. 22 FIDEUA DE POLLO EMPANADILLAS DE ATUN • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN					

Noviembre 2021

LAL00003: NO HUEVO
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	<p>2 KCal. 744 H.C. 85 Lip. 29 P. 40</p> <p>PATATAS CON CHORIZO</p> <p>LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PURE DE MANZANA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>3 KCal. 631 H.C. 74 Lip. 27 P. 28</p> <p>CREMA DE GUISANTES ECOLÓGICOS</p> <p>MERLUZA ENHARINADA SIN GLUTEN • PATATAS PANADERA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>4 KCal. 713 H.C. 91 Lip. 31 P. 23</p> <p>SOPA DE ARROZ</p> <p>ESCALOPE DE POLLO • PATATAS PANADERA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>5 KCal. 561 H.C. 77 Lip. 13 P. 37</p> <p>LENTEJAS CASERAS</p> <p>DELICIAS DE PAVO CON ZANAHORIA</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		
<p>8 KCal. 645 H.C. 95 Lip. 18 P. 32</p> <p>PURE CALABAZA ECOLOGICA</p> <p>MAGRO DE CERDO CON SALSAS AGRIDULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>		<p>10 KCal. 671 H.C. 90 Lip. 21 P. 34</p> <p>PATATAS CON MAGRO</p> <p>REDONDO DE PAVO EN SALSAS DE VERDURAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>11 KCal. 608 H.C. 84 Lip. 14 P. 43</p> <p>GARBANZOS ECOLÓGICOS CON FRITADA</p> <p>FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>12 KCal. 884 H.C. 117 Lip. 36 P. 28</p> <p>ARROZ CON ZANAHORIA</p> <p>BACALAO EMPANADO • ENSALADA VERDE</p> <p>NATILLAS</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		
<p>15 KCal. 705 H.C. 73 Lip. 34 P. 27</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATAS PANADERA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>16 KCal. 724 H.C. 80 Lip. 28 P. 42</p> <p>JUDIAS PINTAS CON VERDURAS</p> <p>SALMON EN SU JUGO SOBRE LECHO DE VERDURITAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>17 KCal. 666 H.C. 94 Lip. 20 P. 34</p> <p>ARROZ INTEGRAL CON TOMATE</p> <p>PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>18 KCal. 877 H.C. 89 Lip. 38 P. 51</p> <p>FABADA ASTURIANA</p> <p>LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS</p> <p>ARROZ CON LECHE CASERO</p> <p>PAN</p>	<p>19 KCal. 733 H.C. 100 Lip. 27 P. 27</p> <p>MACARRONES SIN GLUTEN CON VERDURAS</p> <p>MERLUZA ENHARINADA SIN GLUTEN • VERDURITAS</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		
<p>22 KCal. 677 H.C. 69 Lip. 27 P. 42</p> <p>GUISANTES SALTEADOS CON JAMON</p> <p>POLLO ASADO CON PATATAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>23 KCal. 662 H.C. 77 Lip. 25 P. 36</p> <p>PURE DE VERDURAS ECOLÓGICO</p> <p>GOULASH DE TERNERA CON PATATAS</p> <p>FRUTA ECOLOGICA</p> <p>PAN</p>	<p>24 KCal. 628 H.C. 86 Lip. 15 P. 42</p> <p>LENTEJAS ECOLOGICAS A LA HORTELANA</p> <p>FILETE DE PAVO EN SALSAS DE CALABACIN</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>25 KCal. 682 H.C. 76 Lip. 30 P. 31</p> <p>PATATAS CON CHORIZO</p> <p>MERLUZA HORNEADA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>26 KCal. 635 H.C. 94 Lip. 18 P. 30</p> <p>SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO</p> <p>YOGUR NATURAL</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		
<p>29 KCal. 577 H.C. 62 Lip. 24 P. 32</p> <p>JUDÍAS VERDES CON PATATAS</p> <p>MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>30 KCal. 714 H.C. 103 Lip. 22 P. 32</p> <p>ESPAGUETIS DE ARROZ CON TOMATE</p> <p>PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>					

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	2 KCal. 744 H.C. 85 Lip. 29 P. 40 PATATAS CON CHORIZO LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PURE DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 682 H.C. 70 Lip. 32 P. 31 CREMA DE GUISANTES ECOLÓGICOS MERLUZA A LA ROMANA • DELICIAS DE BROCOLI FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 753 H.C. 88 Lip. 35 P. 27 SOPA DE PICADILLO ESCALOPE DE POLLO • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	5 KCal. 577 H.C. 72 Lip. 20 P. 32 LENTEJAS CASERAS HUEVOS CON PISTO YOGUR PAN INTEGRAL		
8 KCal. 645 H.C. 95 Lip. 18 P. 32 PURE CALABAZA ECOLOGICA MAGRO DE CERDO CON SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN		10 KCal. 671 H.C. 90 Lip. 21 P. 34 PATATAS CON MAGRO REDONDO DE PAVO EN SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 722 H.C. 90 Lip. 31 P. 24 GARBANZOS ECOLÓGICOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	12 KCal. 904 H.C. 116 Lip. 37 P. 30 ARROZ TRES DELICIAS BACALAO EMPANADO • ENSALADA VERDE NATILLAS PAN INTEGRAL		
15 KCal. 705 H.C. 73 Lip. 34 P. 27 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	16 KCal. 724 H.C. 80 Lip. 28 P. 42 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS SALMON EN SU JUGO SOBRE LECHO DE VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 901 H.C. 100 Lip. 47 P. 27 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE HUEVOS COCIDOS CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 877 H.C. 89 Lip. 38 P. 51 FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS ARROZ CON LECHE CASERO PAN	19 KCal. 664 H.C. 88 Lip. 23 P. 30 MACARRONES PRIMAVERA MERLUZA ENHARINADA SIN GLUTEN • VERDURITAS YOGUR PAN INTEGRAL		
22 KCal. 677 H.C. 69 Lip. 27 P. 42 GUISANTES SALTEADOS CON JAMON POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	23 KCal. 662 H.C. 77 Lip. 25 P. 36 PURE DE VERDURAS ECOLÓGICO GOULASH DE TERNERA CON PATATAS FRUTA ECOLOGICA PAN	24 KCal. 752 H.C. 93 Lip. 27 P. 40 LENTEJAS ECOLOGICAS A LA HORTELANA HUEVOS CON SALCHICHAS DE PAVO EN SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 682 H.C. 76 Lip. 30 P. 31 PATATAS CON CHORIZO MERLUZA HORNEADA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	26 KCal. 646 H.C. 76 Lip. 26 P. 31 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL		
29 KCal. 577 H.C. 62 Lip. 24 P. 32 JUDÍAS VERDES CON PATATAS MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	30 KCal. 609 H.C. 88 Lip. 17 P. 30 FIDEUA DE POLLO FILETE DE MERLUZA CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA PAN					

Noviembre 2021

LRE00003: NO COLESTEROL
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	<p>2 KCal. 613 H.C. 89 Lip. 15 P. 36</p> <p><u>PATATAS CON SALSAS VERDES</u></p> <p>LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PURE DE MANZANA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>3 KCal. 516 H.C. 65 Lip. 17 P. 29</p> <p>CREMA DE GUISANTES ECOLÓGICOS</p> <p>MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>4 KCal. 576 H.C. 76 Lip. 17 P. 35</p> <p>SOPA DE ARROZ</p> <p>FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>5 KCal. 495 H.C. 70 Lip. 12 P. 30</p> <p>LENTEJAS</p> <p>HUEVOS CON PISTO</p> <p>YOGUR NATURAL DESNATADO</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		
<p>8 KCal. 520 H.C. 67 Lip. 16 P. 32</p> <p>PURE CALABAZA ECOLÓGICA</p> <p>LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON CHAMPIÑÓN</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>		<p>10 KCal. 600 H.C. 93 Lip. 15 P. 28</p> <p>PATATAS CON SALSAS VERDES</p> <p>REDONDO DE PAVO EN SALSAS DE VERDURAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>11 KCal. 722 H.C. 90 Lip. 31 P. 24</p> <p>GARBANZOS ECOLÓGICOS CON FRITADA</p> <p>TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>12 KCal. 660 H.C. 85 Lip. 24 P. 31</p> <p>ARROZ CON ZANAHORIA</p> <p>MERLUZA AL HORNO • ENSALADA VERDE</p> <p>YOGUR NATURAL DESNATADO</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		
<p>15 KCal. 540 H.C. 67 Lip. 14 P. 37</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA DE TOMATE</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>16 KCal. 724 H.C. 80 Lip. 28 P. 42</p> <p>JUDIAS PINTAS CON VERDURAS</p> <p>SALMON EN SU JUGO SOBRE LECHO DE VERDURITAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>17 KCal. 958 H.C. 117 Lip. 46 P. 28</p> <p>ARROZ BLANCO CON CHAMPIÑÓN</p> <p>HUEVOS COCIDOS CON PATATAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>18 KCal. 615 H.C. 71 Lip. 21 P. 41</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS</p> <p>LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS</p> <p>GELATINA SIN AZUCAR</p> <p>PAN</p>	<p>19 KCal. 624 H.C. 81 Lip. 20 P. 34</p> <p>MACARRONES PRIMAVERA</p> <p>MERLUZA AL HORNO • VERDURITAS</p> <p>YOGUR NATURAL DESNATADO</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		
<p>22 KCal. 665 H.C. 74 Lip. 25 P. 38</p> <p>GUISANTES CON PATATAS</p> <p>POLLO ASADO CON PATATAS</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>23 KCal. 562 H.C. 78 Lip. 15 P. 33</p> <p>PURE DE VERDURAS ECOLÓGICO</p> <p>ABADEJO AL HORNO CON PATATA</p> <p>FRUTA ECOLÓGICA</p> <p>PAN</p>	<p>24 KCal. 785 H.C. 92 Lip. 36 P. 26</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA HORTELANA</p> <p>TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>25 KCal. 575 H.C. 71 Lip. 24 P. 24</p> <p>HERVIDO DE PATATA Y ZANAHORIA</p> <p>MERLUZA HORNEADA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>26 KCal. 631 H.C. 98 Lip. 15 P. 31</p> <p>SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO</p> <p>YOGUR NATURAL DESNATADO</p> <p>PAN INTEGRAL</p>		
<p>29 KCal. 577 H.C. 62 Lip. 24 P. 32</p> <p>JUDÍAS VERDES CON PATATAS</p> <p>MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>30 KCal. 609 H.C. 88 Lip. 17 P. 30</p> <p>FIDEUA DE POLLO</p> <p>FILETE DE MERLUZA CON PISTO</p> <p>FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>					

Noviembre 2021

LAL00025: NO LECHE, PROTEINA DE LA VACA
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	2 KCal. 719 H.C. 71 Lip. 32 P. 40 PATATAS CON CHORIZO LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • CHAMPIÑÓN FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 638 H.C. 73 Lip. 28 P. 29 CREMA DE GUISANTES ECOLÓGICOS MERLUZA A LA ROMANA • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 753 H.C. 88 Lip. 35 P. 27 SOPA DE PICADILLO ESCALOPE DE POLLO • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	5 KCal. 548 H.C. 61 Lip. 20 P. 33 LENTEJAS CASERAS HUEVOS CON PISTO POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL		
8 KCal. 645 H.C. 95 Lip. 18 P. 32 PURE CALABAZA ECOLOGICA MAGRO DE CERDO CON SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN		10 KCal. 664 H.C. 80 Lip. 22 P. 41 PATATAS CON MAGRO ESTOFADO DE PAVO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 722 H.C. 90 Lip. 31 P. 24 GARBANZOS ECOLÓGICOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	12 KCal. 818 H.C. 97 Lip. 35 P. 31 ARROZ TRES DELICIAS BACALAO EMPANADO • ENSALADA VERDE POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL		
15 KCal. 604 H.C. 71 Lip. 19 P. 37 MENESTRA DE VERDURAS FILETE DE POLLO AL AJILLO • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	16 KCal. 764 H.C. 82 Lip. 31 P. 43 ALUBIAS PINTAS SALMON EN SU JUGO SOBRE LECHO DE VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 901 H.C. 100 Lip. 47 P. 27 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE HUEVOS COCIDOS CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 743 H.C. 68 Lip. 34 P. 45 FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS GELATINA SIN AZUCAR PAN	19 KCal. 635 H.C. 77 Lip. 23 P. 31 MACARRONES PRIMAVERA MERLUZA ENHARINADA SIN GLUTEN • VERDURITAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL		
22 KCal. 677 H.C. 69 Lip. 27 P. 42 GUISANTES SALTEADOS CON JAMON POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	23 KCal. 528 H.C. 70 Lip. 15 P. 32 PURE DE VERDURAS ABADEJO AL HORNO CON PATATA FRUTA ECOLOGICA PAN	24 KCal. 752 H.C. 93 Lip. 27 P. 40 LENTEJAS ECOLOGICAS A LA HORTELANA HUEVOS CON SALCHICHAS DE PAVO EN SALSAGRADULCE FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 682 H.C. 76 Lip. 30 P. 31 PATATAS CON CHORIZO MERLUZA HORNEADA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	26 KCal. 543 H.C. 86 Lip. 13 P. 24 SOPA DE ARROZ GARBANZOS ESTOFADOS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN INTEGRAL		
29 KCal. 577 H.C. 62 Lip. 24 P. 32 JUDÍAS VERDES CON PATATAS MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	30 KCal. 609 H.C. 88 Lip. 17 P. 30 FIDEUA DE POLLO FILETE DE MERLUZA CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA PAN					

Noviembre 2021

LAL00002: NO FRUTOS SECOS
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	2 KCal. 744 H.C. 85 Lip. 29 P. 40 PATATAS CON CHORIZO LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PURE DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 749 H.C. 92 Lip. 33 P. 22 CREMA DE GUISANTES ECOLÓGICOS FRITURA VARIADA DE PESCADO • DELICIAS DE BROCOLI FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 753 H.C. 88 Lip. 35 P. 27 SOPA DE PICADILLO ESCALOPE DE POLLO • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	5 KCal. 577 H.C. 72 Lip. 20 P. 32 LENTEJAS CASERAS HUEVOS CON PISTO YOGUR PAN INTEGRAL		
8 KCal. 645 H.C. 95 Lip. 18 P. 32 PURE CALABAZA ECOLOGICA MAGRO DE CERDO CON SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN		10 KCal. 612 H.C. 75 Lip. 20 P. 37 GUISADO DE PATATAS CON MAGRO ESTOFADO DE PAVO FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 722 H.C. 90 Lip. 31 P. 24 GARBANZOS ECOLÓGICOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	12 KCal. 904 H.C. 116 Lip. 37 P. 30 ARROZ TRES DELICIAS BACALAO EMPANADO • ENSALADA VERDE NATILLAS PAN INTEGRAL		
15 KCal. 705 H.C. 73 Lip. 34 P. 27 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	16 KCal. 724 H.C. 80 Lip. 28 P. 42 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS SALMON EN SU JUGO SOBRE LECHO DE VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 803 H.C. 120 Lip. 30 P. 19 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 743 H.C. 68 Lip. 34 P. 45 FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS GELATINA SIN AZUCAR PAN	19 KCal. 777 H.C. 108 Lip. 29 P. 26 MACARRONES PRIMAVERA MERLUZA REBOZADA • VERDURITAS YOGUR PAN INTEGRAL		
22 KCal. 677 H.C. 69 Lip. 27 P. 42 GUISANTES SALTEADOS CON JAMON POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	23 KCal. 662 H.C. 77 Lip. 25 P. 36 PURE DE VERDURAS ECOLÓGICO GOULASH DE TERNERA CON PATATAS FRUTA ECOLOGICA PAN	24 KCal. 752 H.C. 93 Lip. 27 P. 40 LENTEJAS ECOLOGICAS A LA HORTELANA HUEVOS CON SALCHICHAS DE PAVO EN SALSAGRADULCE FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 682 H.C. 76 Lip. 30 P. 31 PATATAS CON CHORIZO MERLUZA HORNEADA A LA GALLEGA CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	26 KCal. 646 H.C. 76 Lip. 26 P. 31 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL		
29 KCal. 577 H.C. 62 Lip. 24 P. 32 JUDÍAS VERDES CON PATATAS MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	30 KCal. 841 H.C. 135 Lip. 27 P. 15 ESPAGUETIS DE ARROZ CON TOMATE EMPANADILLAS DE ATUN • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN					

Noviembre 2021

LAL00005: NO PESCADO
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	2 KCal. 744 H.C. 85 Lip. 29 P. 40 PATATAS CON CHORIZO LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PURE DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA PAN	3 KCal. 574 H.C. 68 Lip. 20 P. 34 CREMA DE GUISANTES ECOLÓGICOS FILETE DE TERNERA PLANCHA CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	4 KCal. 753 H.C. 88 Lip. 35 P. 27 SOPA DE PICADILLO ESCALOPE DE POLLO • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	5 KCal. 577 H.C. 72 Lip. 20 P. 32 LENTEJAS CASERAS HUEVOS CON PISTO YOGUR PAN INTEGRAL		
8 KCal. 645 H.C. 95 Lip. 18 P. 32 PURE CALABAZA ECOLOGICA MAGRO DE CERDO CON SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DE TEMPORADA PAN		10 KCal. 671 H.C. 90 Lip. 21 P. 34 PATATAS CON MAGRO REDONDO DE PAVO EN SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	11 KCal. 722 H.C. 90 Lip. 31 P. 24 GARBANZOS ECOLÓGICOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE COLORES FRUTA DE TEMPORADA PAN	12 KCal. 725 H.C. 97 Lip. 24 P. 36 ARROZ TRES DELICIAS LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • ENSALADA VERDE NATILLAS PAN INTEGRAL		
15 KCal. 705 H.C. 73 Lip. 34 P. 27 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATAS PANADERA FRUTA DE TEMPORADA PAN	16 KCal. 633 H.C. 77 Lip. 19 P. 44 JUDIAS PINTAS CON VERDURAS FILETE DE POLLO PLANCHA CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA PAN	17 KCal. 901 H.C. 100 Lip. 47 P. 27 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE HUEVOS COCIDOS CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	18 KCal. 877 H.C. 89 Lip. 38 P. 51 FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON PATATAS ARROZ CON LECHE CASERO PAN	19 KCal. 673 H.C. 89 Lip. 19 P. 39 MACARRONES PRIMAVERA RAGOUT DE PAVO CON VERDURITAS YOGUR PAN INTEGRAL		
22 KCal. 677 H.C. 69 Lip. 27 P. 42 GUISANTES SALTEADOS CON JAMON POLLO ASADO CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	23 KCal. 662 H.C. 77 Lip. 25 P. 36 PURE DE VERDURAS ECOLÓGICO GOULASH DE TERNERA CON PATATAS FRUTA ECOLOGICA PAN	24 KCal. 752 H.C. 93 Lip. 27 P. 40 LENTEJAS ECOLOGICAS A LA HORTELANA HUEVOS CON SALCHICHAS DE PAVO EN SALSAGRADULCE Y GUARNICIÓN DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	25 KCal. 719 H.C. 71 Lip. 31 P. 42 PATATAS CON CHORIZO FILETE DE POLLO PLANCHA CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA PAN	26 KCal. 646 H.C. 76 Lip. 26 P. 31 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO YOGUR NATURAL PAN INTEGRAL		
29 KCal. 577 H.C. 62 Lip. 24 P. 32 JUDÍAS VERDES CON PATATAS MAGRO DE CERDO GUISADO CON ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	30 KCal. 686 H.C. 88 Lip. 22 P. 39 FIDEUA DE POLLO PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA • ENSALADA DEL TIEMPO FRUTA DE TEMPORADA PAN					