

Menú Septiembre 11

Menú Basal

El Cantaro
catering

Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes

29	30	31	1	2
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
Lentejas Escalope de pollo asado con patatas al horno Melón Pan ecológico y agua 25,82 gr prot-25,38 gr líp- 95,54 gr HC-694,52 Kcal	Arroz hervido con tortilla, maíz y zanahoria Gallo al horno con ensalada de tomate Manzana Pan ecológico y agua 23,30 gr prot- 25,75 gr líp- 84,78 gr HC-655,03 Kcal	Ensalada con lechuga, maíz, zanahoria, pepino, cebolla y aceitunas Macarrones con ternera, tomate y queso Plátano Pan ecológico y agua 25,95 gr prot-22,40 gr líp- 100,57 gr HC-669,57 Kcal	Puchero Tortilla de patatas Ensalada de tomate y queso Sandía Pan ecológico y agua 26,65 gr prot-22,54 gr líp- 93,15 gr HC-684,25 Kcal	Crema de puerros Cazón al horno con arroz cocido Yogurt Pan ecológico y agua 25,46 gr prot-22,54 gr líp- 98,84 gr HC-690,07 Kcal
19	20	21	22	23
Crema de calabacín con picatostes Bonito al horno con tomate guisado y patatas al horno Pera Pan ecológico y agua 24,64 gr prot-27,12 gr líp- 89,37 gr HC-675,36 Kcal	Judías blancas con chorizo Tortilla de queso con picadillo de tomate Melón Pan ecológico y agua 26,62 gr prot-27,62 gr líp- 86,59 gr HC-685,73 Kcal	Ensalada con tomate, zanahoria, maíz, pepino y aceitunas Arroz con tomate y hamburguesa de ternera Manzana Pan ecológico y agua 25,38 gr prot-23,43 gr líp- 98,83 gr HC-667,28 Kcal	Potaje de garbanzos vegetal con acelgas Pizza Plátano Pan ecológico y agua 24,52 gr prot-20,24 gr líp- 100,08 gr HC-659,50 Kcal	Sopa de estrellitas Merluza al horno con pisto de verduras con tomate, calabacín y berenjena Yogurt Pan ecológico y agua 24,17 gr prot-20,28 gr líp- 95,26 gr HC-625,50 Kcal
26	27	28	29	30
Patatas guisadas con magro Rosada al horno con ensalada de lechuga, maíz, zanahoria y pepino Manzana Pan ecológico y agua 26,54 gr prot-26,30 gr líp- 86,92 gr HC-650,59 Kcal	Ensalada de tomate, zanahoria, maíz, pepino y aceitunas Lacitos con tomate, calabacín y queso Yogurt Pan ecológico y agua 20,98 gr prot-22,21 gr líp- 90,44 gr HC-613,17 Kcal	Crema de calabaza con judías blancas Gallo frito con picadillo de tomate Sandía Pan ecológico y agua 26,58 gr prot-22,91 gr líp- 101,46 gr HC-701,20 Kcal	Arroz con pisto de verduras con calabacín y berenjena Pinchitos de pollo al horno con patatas al horno Plátano Pan ecológico y agua 24,22 gr prot-23,64 gr líp- 99,36 gr HC-671,84 Kcal	Puré de lentejas Tortilla francesa Ensalada con lechuga, maíz, zanahoria y pepino Pera Pan ecológico y agua 23,34 go prot-27,45 gr líp- 92,89 gr HC-674,78 Kcal