

Menú Diciembre 2011

Sin huevo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza con picatostes - Rosada al horno - Patatas al horno - Fruta - Pan ecológico y agua <p>22.05 gr prot - 21.77 gr lip 93.47 gr HC - 643.31 Kcal</p>	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con fideos de arroz - Bonito al horno con tomate guisado - Ensalada con lechuga, maíz, zanahoria, pepino - Fruta - Pan ecológico y agua <p>26.24 gr prot - 24.55 gr lip 94.26 gr HC - 663.14 Kcal</p>	<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje de judías vegetal - Carne de lomo de cerdo mechada - Picadillo de tomate - Fruta - Pan ecológico y agua <p>25.54 gr prot - 26.97 gr lip 82.07 gr HC - 663.46 Kcal</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate, zanahoria, maíz, pepino y aceitunas - Pinchitos de pollo al horno - Arroz con tomate de acompañamiento - Yogurt - Pan ecológico y agua <p>26.60 gr prot - 25.57 gr lip 91.81 gr HC - 673.52 Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potaje de garbanzos vegetal - Pizza - Fruta - Pan ecológico y agua <p>25.13 gr prot - 20.33 gr lip 106.07 gr HC - 684.70 Kcal</p>
<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate, zanahoria, maíz, pepino y aceitunas - Pasta de arroz con atún y tomate - Fruta - Pan ecológico y agua <p>20.14 gr prot - 21.72 gr lip 96.82 gr HC - 633.70 Kcal</p>	<p>6</p>	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de verduras con picatostes al horno - Escalope de pollo asado - Zanahoria hervida - Fruta - Pan ecológico y agua <p>22.52 gr prot - 21.68 gr lip 85.38 gr HC - 615.39 Kcal</p>	<p>8</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Gallo al horno - Patatas al horno - Fruta - Pan ecológico y agua <p>26.08 gr prot - 25.70 gr lip 97.45 gr HC - 698.65 Kcal</p>
<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín y puerros con picatostes al horno - Magro con tomate - Guarnición de patatas al horno - Fruta - Pan ecológico y agua <p>23.60 gr prot - 19.79 gr lip 87.39 gr HC - 607.72 Kcal</p>	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Judías blancas con chorizo - Merluza horno - Ensalada con lechuga, zanahoria, maíz y pepino - Fruta - Pan ecológico y agua <p>25.29 gr prot - 24.76 gr lip 91.38 gr HC - 662.10 Kcal</p>	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada con lechuga, tomate, aceitunas y brotes de soja - Guisado de arroz con pollo - Yogurt - Pan ecológico y agua <p>23.89 gr prot - 22.93 gr lip 102.79 gr HC - 709.45 Kcal</p>	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con fideos de arroz - Cazon frito - Pisto de verduras con tomate, calabacín y berenjena al horno - Fruta - Pan ecológico y agua <p>23.98 gr prot - 19.77 gr lip 94.47 gr HC - 620.82 Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con garbanzos - Calabacín enharinado - Picadillo de tomate - Fruta - Pan ecológico y agua <p>17.54 gr prot - 20.50 gr lip 91.88 gr HC - 608.20 Kcal</p>
<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabaza, zanahorias y tomate con queso - Limanda en salsa de tomate natural - Arroz blanco hervido - Fruta - Pan ecológico y agua <p>23.14 gr prot - 23.46 gr lip 90.47 gr HC - 650.47 Kcal</p>	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero - Atún en aceite de oliva virgen extra - Ensalada de tomate - Fruta - Pan ecológico y agua <p>25.77 gr prot - 20.17 gr lip 82.00 gr HC - 604.00 Kcal</p>	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada con lechuga, maíz, zanahoria, pepino - Pasta de arroz con calabacín y tomate - Yogurt - Pan ecológico y agua <p>17.98 gr prot - 26.43 gr lip 103.95 gr HC - 694.05 Kcal</p>	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas - Rosada al horno - Espinacas salteadas - Fruta - Pan ecológico y agua <p>23.36 gr prot - 24.81 gr lip 87.48 gr HC - 640.35 Kcal</p>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ensalada de tomate, zanahoria, maíz, pepino y aceitunas - Hamburguesa de pollo al horno - Patatas fritas deluxe - Yogurt - Pan ecológico y agua <p>25.22 gr prot - 25.19 gr lip 84.29 gr HC - 648.40 Kcal</p>
<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>

Elaborado por: