



Ntra. Sra. De la Merced
Noviembre 2018
Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
5 Kcal 854 Glú 120 Líp 34 Pro 22		6 Kcal 703 Glú 89 Líp 18 Pro 41		7 Kcal 956 Glú 135 Líp 26 Pro 48		1 FIESTA		2 PUENTE	
1° Espaguetis con tomate		1° Garbanzos con calabaza		1° Arroz con pollo		1° Puré de verduras		1° Alubias blancas con chorizo	
2° Croquetas de jamón con lechuga		2° Merluza al horno en salsa verde		2° Albóndigas con tomate		2° Tortilla de patata con ensalada de maíz		2° Escalope de ternera con champiñones/Pechugas de pollo	
Postre Fruta Pan		Postre Yogur Pan		Postre Fruta Pan		Postre Yogur Pan		Postre Fruta Pan	
12 Kcal 650 Glú 76 Líp 22 Pro 40		13 Kcal 834 Glú 112 Líp 29 Pro 35		14 Kcal 772 Glú 87 Líp 37 Pro 26		15 Kcal 852 Glú 102 Líp 29 Pro 49		16 Kcal 700 Glú 102 Líp 22 Pro 30	
1° Puré de verduras		1° Tallarines con tomate y queso		1° Sopa de fideo		1° Alubias rojas con verduras		1° Crema de espinacas	
2° Lomo adobado de cerdo con pimientos		2° Merluza a la romana con ensalada		2° Pechuga de pollo empanada con zanahoria y champiñón		2° Hamburguesa de ternera con lechuga		2° Bacalao al horno con pisto	
Postre Yogur bebible Pan		Postre Fruta Pan		Postre Yogur Pan		Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan	
19 Kcal 922 Glú 138 Líp 31 Pro 23		20 Kcal 939 Glú 113 Líp 38 Pro 41		21 Kcal 878 Glú 89 Líp 35 Pro 45		22 Kcal 902 Glú 140 Líp 21 Pro 45		23 Kcal 850 Glú 106 Líp 35 Pro 29	
1° Espaguetis con tomate y chorizo		1° Garbanzos con chorizo		1° Crema de calabaza		1° Arroz con tomate		1° Patatas con carne	
2° San jacobito con lechuga		2° Tortilla de patata con ensalada		2° Muslo de pollo asado con chips		2° Guisado de ternera con champiñones/Albóndigas		2° Merluza a la romana con mahonesa	
Postre Fruta Pan		Postre Yogur Pan		Postre Fruta Pan		Postre Fruta Pan		Postre Fruta almibar Pan	
26 Kcal 866 Glú 102 Líp 36 Pro 38		27 Kcal 717 Glú 95 Líp 28 Pro 30		28 Kcal 812 Glú 87 Líp 18 Pro 60		29 Kcal 889 Glú 103 Líp 38 Pro 38		30 Kcal 775 Glú 82 Líp 33 Pro 37	
1° Lentejas con chorizo		1° Crema de calabacín		1° Macarrones con tomate		1° Alubias blancas con zanahoria		1° Vainas con patatas	
2° Salchichas de pollo al horno con ensalada de maíz		2° Bacalao rebozado con pimientos		2° Lomo adobado de cerdo con champiñones		2° Merluza al horno en salsa marinera		2° Escalope de ternera con ensalada/Pechugas de pollo	
Postre Fruta Pan		Postre Natillas Pan		Postre Fruta Pan		Postre Yogur Pan		Postre Fruta Pan	

