



N. S. de LA MERCED
Enero 2021
Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

11 Kcal 807 Glú 91 Líp 31 Pro 44

- 1° Puré de verduras
- 2° Pechuga de pollo empanada con verduras de la huerta
- Postre Natillas Pan

12 Kcal 904 Glú 135 Líp 25 Pro 40

- 1° Arroz con tomate
- 2° Guisado de ternera con pimientos/Albóndigas
- Postre Fruta Pan

13 Kcal 919 Glú 99 Líp 43 Pro 39

- 1° Alubias rojas con chorizo
- 2° Salchichas al horno con ketchup
- Postre Yogur Pan

14 Kcal 800 Glú 92 Líp 34 Pro 36

- 1° Patatas en salsa verde
- 2° Bacalao rebozado con mahonesa
- Postre Fruta Pan

15 Kcal 757 Glú 92 Líp 33 Pro 23

- 1° Crema de espinacas
- 2° Tortilla de patata con lechuga
- Postre Fruta Pan

18 Kcal 945 Glú 136 Líp 33 Pro 28

- 1° Tallarines con tomate
- 2° Croquetas de jamón con ensalada
- Postre Yogur Pan

19 Kcal 685 Glú 96 Líp 17 Pro 41

- 1° Lentejas con chorizo
- 2° Merluza al horno en salsa verde
- Postre Fruta Pan

20 Kcal 886 Glú 124 Líp 39 Pro 28

- 1° Arroz con pollo
- 2° Albóndigas con tomate
- Postre Fruta Pan

21 Kcal 777 Glú 83 Líp 33 Pro 29

- 1° Crema de verduras
- 2° Escalope de ternera con champiñones/Lomo adobado
- Postre Y.Bebible Pan

22 Kcal 890 Glú 88 Líp 27 Pro 56

- 1° Garbanzos con chorizo
- 2° Muslo de pollo asado con lechuga
- Postre Fruta Pan

25 Kcal 809 Glú 100 Líp 40 Pro 16

- 1° Vainas con patatas
- 2° San jacobos con lechuga
- Postre Fruta Pan

26 Kcal 881 Glú 110 Líp 27 Pro 53

- 1° Alubias blancas
- 2° Hamburguesas con zanahoria y calabacín
- Postre Yogur Pan

27 Kcal 813 Glú 91 Líp 37 Pro 31

- 1° Patatas a la riojana
- 2° Merluza rebozada con mahonesa
- Postre Fruta Pan

28 Kcal 927 Glú 140 Líp 22 Pro 51

- 1° Arroz con tomate
- 2° Guisado de ternera a la jardinera/Albóndigas
- Postre Yogur Pan

29 Kcal 888 Glú 129 Líp 27 Pro 31

- 1° Macarrones con chorizo
- 2° Tortilla de patata con lechuga
- Postre Fruta Pan





Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

N. S. de LA MERCED

Febrero 2021

Menú Basal

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

1 Kcal 879 Glú 122 Líp 34 Pro 30

1° Lentejas con chorizo

2° Empanadillas de atún con ensalada

Postre Fruta Pan

8 Kcal 935 Glú 114 Líp 34 Pro 47

1° Macarrones con tomate y queso

2° Hamburguesas de ternera con ensalada

Postre Yogur Pan

15

CARNAVALES

22 Kcal 809 Glú 100 Líp 40 Pro 16

1° Puré de verduras

2° San jacob con ensalada de maiz

Postre Fruta Pan

2 Kcal 732 Glú 114 Líp 14 Pro 36

1° Espaguetis con tomate

2° Bacalao al horno en salsa verde

Postre Yogur Pan

9 Kcal 777 Glú 107 Líp 20 Pro 45

1° Alubias rojas con chorizo

2° Merluza a la romana con pimientos

Postre Fruta Pan

16 Kcal 718 Glú 78 Líp 26 Pro 45

1° Puré de verduras

2° Pechuga de pollo empanada con lechuga

Postre Yogur Pan

23 Kcal 931 Glú 92 Líp 33 Pro 38

1° Patatas con carne

2° Merluza a la romana con mahonesa

Postre Yogur Pan

3 Kcal 876 Glú 88 Líp 35 Pro 44

1° Crema de porrusalda

2° Muslo de pollo asado con chips

Postre Fruta Pan

10 Kcal 892 Glú 119 Líp 36 Pro 26

1° Arroz con tomate

2° Salchichas de pollo al horno con lechuga

Postre Yogur bebible Pan

17 Kcal 805 Glú 113 Líp 12 Pro 45

1° Lentejas con chorizo

2° Trucha fresca al horno con verduras

Postre Fruta Pan

24 Kcal 919 Glú 134 Líp 25 Pro 44

1° Paella

2° Lomo adobado con pimientos

Postre Fruta Pan

4 Kcal 759 Glú 82 Líp 37 Pro 32

1° Sopa de lluvia

2° Escalope de ternera con lechuga/Pechuga de pollo

Postre Fruta Pan

11 Kcal 809 Glú 98 Líp 16 Pro 63

1° Garbanzos

2° Lomo adobado de cerdo con champiñones

Postre Fruta Pan

18 Kcal 815 Glú 129 Líp 32 Pro 25

1° Arroz con tomate

2° Albóndigas a la jardinera

Postre Fruta Pan

25 Kcal 906 Glú 103 Líp 34 Pro 51

1° Garbanzos con chorizo

2° Hamburguesas con verduras de la huerta

Postre Fruta Pan

5 Kcal 794 Glú 103 Líp 26 Pro 39

1° Patatas a la riojana

2° Merluza al horno con pisto

Postre Natillas Pan

12 Kcal 757 Glú 92 Líp 33 Pro 23

1° Crema de calabacín

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Pan

19 Kcal 854 Glú 122 Líp 24 Pro 38

1° Tallarines con tomate

2° Merluza a la romana con pimientos

Postre Yogur Pan

26 Kcal 800 Glú 92 Líp 36 Pro 30

1° Crema de verduras

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Yogur Pan





N. S. de La Merced

Marzo 2021

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1 Kcal 890 Glú 135 Líp 29 Pro 23

2 Kcal 852 Glú 102 Líp 29 Pro 49

3 Kcal 741 Glú 81 Líp 22 Pro 57

4 Kcal 937 Glú 96 Líp 33 Pro 57

5 Kcal 807 Glú 78 Líp 40 Pro 37

1° Espaguetis con tomate

1° Alubias blancas con verduras

1° Crema de porrusalada

1° Garbanzos con chorizo

1° Sopa de fideo

2° Croquetas de jamón con lechuga

2° Hamburguesas de ternera con ensalada

2° Lomo adobado de cerdo con champiñones

2° Muslo de pollo asado con chips

2° Bacalao rebozado con pisto

Postre Fruta Pan

Postre Fruta Pan

Postre Yogur Pan

Postre Fruta Pan

Postre Yogur Pan

8 Kcal 788 Glú 96 Líp 21 Pro 56

9 Kcal 866 Glú 86 Líp 48 Pro 25

10 Kcal 901 Glú 133 Líp 24 Pro 41

11 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36

12 Kcal 713 Glú 97 Líp 20 Pro 36

1° Lentejas con zanahoria

1° Crema de calabaza

1° Arroz con tomate

1° Alubias rojas con verduras

1° Patatas en salsa verde

2° Pechuga de pollo empanada con ensalada de maíz

2° Salchichas al horno con ketchup

2° Guisado de ternera a la jardinera/Albóndigas

2° Tortilla de patata con lechuga

2° Merluza a la romana con pimientos

Postre Fruta Pan

Postre Natillas Pan

Postre Fruta Pan

Postre Fruta Pan

Postre Yogur Pan

15 Kcal 793 Glú 102 Líp 37 Pro 17

16 Kcal 928 Glú 129 Líp 28 Pro 42

17 Kcal 757 Glú 92 Líp 34 Pro 23

18 Kcal 855 Glú 99 Líp 32 Pro 48

19

1° Vainas con patatas

1° Arroz con pollo

1° Crema de calabacín

1° Marmitako

FESTIVO

2° Empanadillas de atún con ensalada

2° Albóndigas con champiñones

2° Tortilla de patata con lechuga

2° Escalope ternera c/ pimientos verdes/pechuga pollo

Postre Fruta Pan

Postre Yogur Pan

Postre Fruta Pan

Postre Yogur

22 Kcal 885 Glú 113 Líp 30 Pro 45

23 Kcal 726 Glú 79 Líp 22 Pro 55

24 Kcal 852 Glú 106 Líp 25 Pro 55

25 Kcal 954 Glú 135 Líp 25 Pro 49

26

1° Macarrones a la boloñesa

1° Puré de verduras

1° Alubias rojas con chorizo

1° Arroz con tomate

NO COMEDOR

2° Bacalao rebozado con ensalada de maíz

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

2° Pechuga de pollo empanada con lechuga

2° Guisado de ternera con champiñones/Albóndigas

Postre Yogur Pan

Postre Fruta Pan

Postre Fruta Pan

Postre Yogur Pan

