



Menú N.S. de La Merced

Enero 2022

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

10 Kcal 838 Glú 106 Líp 24 Pro 54

- 1° Lentejas con zanahoria
- 2° Pechuga de pollo empanada con tian de verduras

Postre Fruta Pan
Empanado-fritura

17 Kcal 947 Glú 136 Líp 33 Pro 27

- 1° Tallarines con tomate
- 2° Croquetas de jamón con ensalada

Postre Yogur Pan
Fritura

24 Kcal 700 Glú 76 Líp 29 Pro 36

- 1° Crema de verduras
- 2° Bacalao rebozado con ensalada de maíz

Postre Fruta Pan
Rebozado-fritura

31 Kcal 830 Glú 121 Líp 20 Pro 37

- 1° Espaguetis con tomate
- 2° Merluza al horno en salsa verde

Postre Yogur Pan
Horneado

11 Kcal 904 Glú 135 Líp 25 Pro 40

- 1° Arroz con verdura y champiñones
- 2° Guisado de ternera con pimientos/Albóndigas

Postre Fruta Pan
Cocción

18 Kcal 759 Glú 102 Líp 21 Pro 42

- 1° Lentejas con chorizo
- 2° Merluza a la riojana

Postre Fruta Pan
Horneado

25 Kcal 861 Glú 105 Líp 29 Pro 45

- 1° Alubias blancas
- 2° Hamburguesas con guisantes y zanahoria

Postre Fruta Pan
Prefritura-horneado

12 Kcal 919 Glú 99 Líp 43 Pro 39

- 1° Alubias rojas con chorizo
- 2° Salchichas al horno con lechuga

Postre Yogur Pan
Horneado

19 Kcal 886 Glú 124 Líp 39 Pro 28

- 1° Arroz con pollo
- 2° Albóndigas a la jardinera

Postre Fruta Pan
Cocción

26 Kcal 758 Glú 98 Líp 24 Pro 41

- 1° Patatas en salsa verde
- 2° Merluza rebozada con pimientos

Postre Fruta Pan
Enhari-prefritura-horneado

13 Kcal 849 Glú 85 Líp 42 Pro 36

- 1° Patatas a la riojana
- 2° Bacalao rebozado con mahonesa

Postre Fruta Pan
Horneado

20 Kcal 777 Glú 83 Líp 33 Pro 29

- 1° Puré de verduras
- 2° Escalope ternera con pimientos verdes/Lomo adobado

Postre Yogur Bebible Pan
Empanado-fritura

14 Kcal 757 Glú 92 Líp 33 Pro 23

- 1° Crema de espinacas
- 2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan
Fritura

21 Kcal 890 Glú 88 Líp 27 Pro 56

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

Postre Fruta Pan
Horneado

28 Kcal 760 Glú 92 Líp 34 Pro 23

- 1° Crema de zanahoria
- 2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Pan
Fritura





Menú N.S de La Merced

Febrero 2022

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

	<p>1 Kcal 920 Glú 129 Líp 34 Pro 30</p> <p>1° Lentejas con arroz</p> <p>2° Empanadillas de atún con ensalada</p> <p>Postre Fruta Fritura Pan</p>	<p>2 Kcal 876 Glú 88 Líp 35 Pro 44</p> <p>1° Crema de porrusalda</p> <p>2° Muslo de pollo asado con chips</p> <p>Postre Fruta Horneado Pan</p>	<p>3 Kcal 788 Glú 76 Líp 38 Pro 37</p> <p>1° Sopa de lluvia</p> <p>2° Escalope de ternera con lechuga/Pechuga pollo</p> <p>Postre Yogur Empanado-fritura Pan</p>	<p>4 Kcal 670 Glú 96 Líp 21 Pro 31</p> <p>1° Patatas a la riojana</p> <p>2° Bacalao rebozado con mahonesa</p> <p>Postre Fruta Horneado Pan</p>
<p>7 Kcal 813 Glú 82 Líp 35 Pro 44</p> <p>1° Arroz con tomate</p> <p>2° Hamburguesas de ternera con ensalada</p> <p>Postre Fruta Prefritura-horneado Pan</p>	<p>8 Kcal 777 Glú 107 Líp 20 Pro 45</p> <p>1° Alubias rojas</p> <p>2° Merluza a la romana con pimientos</p> <p>Postre Fruta Rebozado-fritura Pan</p>	<p>9 Kcal 786 Glú 80 Líp 14 Pro 39</p> <p>1° Crema de calabacín</p> <p>2° Chuleta de cerdo con arroz integral</p> <p>Postre Fruta Prefritura-horneado Pan</p>	<p>10 Kcal 872 Glú 94 Líp 36 Pro 37</p> <p>1° Garbanzos con chorizo</p> <p>2° Salchichas de pollo al horno con ketchup</p> <p>Postre Yogur bebible Horneado Pan</p>	<p>11 Kcal 861 Glú 99 Líp 31 Pro 29</p> <p>1° Macarrones con tomate y queso</p> <p>2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones</p> <p>Postre Fruta Fritura Pan</p>
<p>14 Kcal 877 Glú 106 Líp 29 Pro 51</p> <p>1° Lentejas con zanahoria</p> <p>2° Escalope de ternera con vegetales salteados/Lomo</p> <p>Postre Fruta Empanado-fritura Pan</p>	<p>15 Kcal 718 Glú 78 Líp 26 Pro 45</p> <p>1° Puré de verduras</p> <p>2° Pechuga de pollo empanada con lechuga</p> <p>Postre Yogur Empanado-fritura Pan</p>	<p>16 Kcal 783 Glú 113 Líp 9 Pro 45</p> <p>1° Alubias blancas con chorizo</p> <p>2° Bacalao rebozado con ensalada</p> <p>Postre Fruta Horneado Pan</p>	<p>17 Kcal 815 Glú 130 Líp 19 Pro 39</p> <p>1° Arroz con verduras</p> <p>2° Albóndigas a la jardinera</p> <p>Postre Fruta Cocción Pan</p>	<p>18 Kcal 806 Glú 121 Líp 17 Pro 37</p> <p>1° Tallarines con tomate</p> <p>2° Merluza rebozada con limón</p> <p>Postre Yogur Horneado Pan</p>
<p>21 Kcal 809 Glú 100 Líp 40 Pro 16</p> <p>1° Puré de verduras</p> <p>2° San jacob con ensalada de maiz</p> <p>Postre Fruta Fritura Pan</p>	<p>22 Kcal 831 Glú 93 Líp 23 Pro 34</p> <p>1° Patatas con carne</p> <p>2° Merluza a la romana con mahonesa</p> <p>Postre Yogur Rebozado-fritura Pan</p>	<p>23 Kcal 919 Glú 134 Líp 25 Pro 44</p> <p>1° Paella</p> <p>2° Guisado de ternera con pimientos/Albóndigas</p> <p>Postre Fruta Cocción Pan</p>	<p>24 Kcal 896 Glú 112 Líp 36 Pro 26</p> <p>1° Garbanzos</p> <p>2° Tortilla de patata con lechuga</p> <p>Postre Fruta Fritura Pan</p>	<p>25 Kcal 759 Glú 86 Líp 31 Pro 36</p> <p>1° Crema de verduras</p> <p>2° Hamburguesas con guisantes y zanahoria</p> <p>Postre Fruta Pefritura-horneado Pan</p>
<p>28</p> <p>FIESTA</p>				





Menú N.S. de La Merced

Marzo 2022

Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 Kcal 788 Glú 96 Líp 21 Pro 56

1° Lentejas con zanahoria

2° Pechuga de pollo empanada con ensalada de maíz

Postre Fruta Empanado-fritura Pan

7 Kcal 788 Glú 96 Líp 21 Pro 56

1° Lentejas con zanahoria

2° Pechuga de pollo empanada con ensalada de maíz

Postre Fruta Empanado-fritura Pan

14 Kcal 826 Glú 95 Líp 39 Pro 20

1° Vainas con patatas

2° Empanadillas de atún con ensalada

Postre Yogur Fritura Pan

21 Kcal 815 Glú 113 Líp 26 Pro 35

1° Macarrones a la boloñesa

2° Merluza a la romana con ensalada de maíz

Postre Fruta Rebozado-fritura Pan

28 Kcal 780 Glú 81 Líp 33 Pro 41

1° Arroz blanco con tomate

2° Hamburguesas con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Prefritura-horneado Pan

1 Kcal 812 Glú 87 Líp 18 Pro 60

1° Espaguetis con tomate

2° Lomo adobado de cerdo con champiñones

Postre Fruta Prefritura-horneado Pan

8 Kcal 787 Glú 84 Líp 40 Pro 26

1° Crema de calabaza

2° Salchichas al horno con ketchup

Postre Yogur Horneado Pan

15 Kcal 895 Glú 128 Líp 26 Pro 39

1° Arroz con pollo

2° Albóndigas con champiñones

Postre Fruta Cocción Pan

22 Kcal 726 Glú 79 Líp 22 Pro 55

1° Puré de verduras

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Prefritura-horneado Pan

29 Kcal 810 Glú 97 Líp 24 Pro 48

1° Gabanzos con chorizo

2° Merluza al horno en salsa marinera

Postre Yogur Horneado Pan

2 Kcal 792 Glú 83 Líp 14 Pro 38

1° Crema de porrusalda

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Yogur Prefritura-horneado Pan

9 Kcal 901 Glú 133 Líp 24 Pro 41

1° Arroz con tomate

2° Albóndigas a la jardinera

Postre Fruta Cocción Pan

16 Kcal 774 Glú 99 Líp 20 Pro 44

1° Garbanzos con chorizo

2° Bacalao al horno con pisto

Postre Fruta Horneado Pan

23 Kcal 865 Glú 108 Líp 26 Pro 55

1° Alubias rojas con chorizo

2° San jacobos con lechuga

Postre Yogur Enharinado-pefritura-horneado Pan

30 Kcal 904 Glú 121 Líp 26 Pro 43

1° Tallarines con tomate

2° Escalope de ternera con tian de verduras/Pechuga pollo

Postre Fruta Empanado-fritura Pan

3 Kcal 848 Glú 89 Líp 35 Pro 43

1° Sopa de fideo

2° Muslo de pollo asado con chips

Postre Fruta Horneado Pan

10 Kcal 862 Glú 112 Líp 32 Pro 36

1° Alubias blancas con verduras

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Fritura Pan

17 Kcal 841 Glú 96 Líp 32 Pro 46

1° Marmitako

2° Escalope de ternera con verduras/Pechuga pollo

Postre Yogur bebible Empanado-fritura Pan

24 Kcal 910 Glú 133 Líp 25 Pro 44

1° Arroz tres delicias

2° Guisado de ternera con champiñones/Albóndigas

Postre Fruta Cocción Pan

31 Kcal 781 Glú 107 Líp 33 Pro 19

1° Patatas camperas

2° Croquetas de jamón con lechuga

Postre Fruta Fritura Pan

4 Kcal 816 Glú 114 Líp 10 Pro 48

1° Alubias rojas

2° Merluza rebozada con lechuga

Postre Yogur Horneado Pan

11 Kcal 720 Glú 97 Líp 20 Pro 39

1° Patatas en salsa verde

2° Merluza a la romana con pimientos

Postre Fruta Rebozado-fritura Pan

18 Kcal 757 Glú 92 Líp 33 Pro 23

1° Crema de calabacín

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Fritura Pan

25 Kcal 688 Glú 78 Líp 23 Pro 42

1° Crema de zanahoria

2° Pechuga de pollo empanada con lechuga

Postre Fruta Empanado-fritura Pan

