



# N. S. de La Merced

## Octubre 2025

### Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**5** Kcal 914 Glú 121 Líp 29 Pro 43

1° Espaguetis con tomate

2° Hamburguesas con pimientos

Postre Yogur Pan

**6** Kcal 787 Glú 93 Líp 36 Pro 29

1° Patatas guisadas

2° Merluza a la romana con mahonesa

Postre Fruta Pan integral

**1** Kcal 756 Glú 92 Líp 35 Pro 25

1° Puré de verduras

2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan

**2** Kcal 680 Glú 97 Líp 20 Pro 34

1° Patatas en salsa verde

2° Bacalao a la romana con pimientos

Postre Fruta Pan

**3** Kcal 897 Glú 104 Líp 31 Pro 54

1° Alubias rojas con verduras

2° Escalope de ternera con champiñones/Pechuga pollo

Postre Yogur Pan

**6** Kcal 914 Glú 121 Líp 29 Pro 43

1° Espaguetis con tomate

2° Hamburguesas con pimientos

Postre Yogur Pan

**7** Kcal 787 Glú 93 Líp 36 Pro 29

1° Patatas guisadas

2° Merluza a la romana con mahonesa

Postre Fruta Pan integral

**8** Kcal 827 Glú 76 Líp 39 Pro 43

1° Ensalada ilustrada/Sopa fideos

2° Guisado de ternera a la jardinera/Albóndigas

Postre Yogur Pan

**9** Kcal 719 Glú 80 Líp 37 Pro 22

Crema de calabaza

Tortilla de patata y calabacín con ensalada tres estaciones

Fruta

**10** Kcal 895 Glú 121 Líp 36 Pro 30

1° Lentejas con verduras

2° San jacob con ensalada

Postre Fruta Pan

**13** Kcal 760 Glú 81 Líp 25 Pro 58

1° Vainas con patatas/Puré

2° Lomo adobado de cerdo con lechuga

Postre Yogur Pan

**14** Kcal 626 Glú 81 Líp 13 Pro 38

1° Alubias blancas con calabaza

2° Merluza al horno en salsa cazadora

Postre Fruta Pan integral

**15** Kcal 790 Glú 138 Líp 13 Pro 38

1° Arroz con verduras

2° Albóndigas con pimiento

Postre Yogur Pan

**16** Kcal 648 Glú 88 Líp 24 Pro 23

1° Sopa de fideos

2° Tortilla de patata con tomate

Postre Fruta Pan

**17** Kcal 876 Glú 104 Líp 30 Pro 51

1° Garbanzos con berza

2° Salchichas al horno con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan

**20** Kcal 883 Glú 122 Líp 33 Pro 31

1° Tallarines a la boloñesa

2° Tortilla de patata con ensalada tres estaciones

Postre Yogur Pan

**21** Kcal 808 Glú 96 Líp 25 Pro 48

1° Garbanzos con calabaza

2° Bacalao al horno con pisto

Postre Fruta Pan integral

**22** Kcal 940 Glú 102 Líp 34 Pro 50

1° Patatas guisadas

2° Muslo de pollo asado con patatas chips

Postre Yogur Pan

**23** Kcal 746 Glú 85 Líp 30 Pro 36

1° Puré de verduras

2° Merluza a la romana con lechuga

Postre Fruta Pan

**24** Kcal 862 Glú 103 Líp 29 Pro 51

1° Alubias blancas con verduras

2° Hamburguesas de ternera con champiñones

Postre Fruta Pan

**27** Kcal 671 Glú 98 Líp 16 Pro 40

1° Lentejas con zanahoria

2° Merluza al horno en salsa verde

Postre Yogur Pan

**28** Kcal 729 Glú 82 Líp 26 Pro 45

1° Macarrones con tomate

2° Pechuga de pollo empanada con ensalada tres estaciones

Postre Fruta Pan integral

**29** Kcal 856 Glú 151 Líp 12 Pro 34

1° Arroz con verduras

2° Empanadillas con ensalada

Postre Yogur Pan

**30** Kcal 678 Glú 74 Líp 27 Pro 37

1° Porrusalda/ Puré

2° Escalope de ternera con tian de verduras/ Lomo de cerdo

Postre Fruta Pan

**31** FESTIVO





# N. S. de La Merced

## Noviembre 2025

### Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**3** Kcal 866 Glú 112 Líp 25 Pro 53

1° Lentejas con zanahoria  
2° Guisado de ternera a la jardinera/  
Albóndigas jardinera  
Postre Fruta Pan

**4** Kcal 738 Glú 94 Líp 27 Pro 36

1° Marmitako  
2° Merluza a la romana con ensalada  
tres estaciones  
Postre Yogur Pan integral

**5** Kcal 902 Glú 122 Líp 27 Pro 43

1° Espaguetis con tomate  
2° Hamburguesas con tián de  
verduras  
Postre Fruta Pan

**6** Kcal 809 Glú 92 Líp 39 Pro 28

1° Vainas con patatas/ Puré  
2° Tortilla de patata con ensalada  
Postre Yogur Pan

**7** Kcal 822 Glú 151 Líp 9 Pro 31

1° Alubias rojas con zanahoria  
2° Salchichas al horno con ensalada  
tres estaciones  
Postre Fruta Pan

**10** Kcal 792 Glú 84 Líp 38 Pro 35

1° Crema de calabacín  
2° Bacalao al horno con pisto  
Postre Fruta Pan

**11** Kcal 885 Glú 124 Líp 26 Pro 45

1° Macarrones con tomate  
2° Escalope de ternera con tián de  
verduras/ Lomo de cerdo  
Postre Yogur Pan integral

**12** Kcal 940 Glú 113 Líp 39 Pro 41

1° Garbanzos con chorizo  
2° Tortilla de patata con ensalada tres  
estaciones  
Postre Fruta Pan

**13** Kcal 893 Glú 131 Líp 26 Pro 43

1° Arroz con tomate  
2° Pechuga de pollo con ensalada  
Postre Yogur Pan

**14** Kcal 852 Glú 105 Líp 28 Pro 49

1° Alubias rojas con verduras  
2° Merluza a la romana con  
mahonesa  
Postre Fruta Pan

**17** Kcal 809 Glú 82 Líp 37 Pro 42

1° Vainas con patatas/ Sopa de fideos  
2° Hamburguesas de ternera con  
champiñones  
Postre Yogur Pan

**18** Kcal 912 Glú 123 Líp 43 Pro 28

1° Espaguetis con tomate y verduras  
2° Tortilla de patata y calabacín con  
ensalada tres estaciones  
Postre Fruta Pan integral

**19** Kcal 670 Glú 89 Líp 16 Pro 38

1° Garbanzos con calabaza  
2° Merluza al horno en salsa verde  
Postre Yogur Pan

**20** Kcal 745 Glú 96 Líp 35 Pro 16

1° Crema de zanahoria  
2° Croquetas de jamón con ensalada  
tres estaciones  
Postre Fruta Pan

**21** Kcal 825 Glú 85 Líp 30 Pro 47

1° Patatas a la riojana  
2° Muslo de pollo asado con  
champiñones  
Postre Fruta Pan

**24** Kcal 812 Glú 100 Líp 116 Pro 69

1° Lentejas con verduras  
2° Lomo adobado de cerdo con tián de  
verduras  
Postre Yogur Pan

**25** Kcal 814 Glú 113 Líp 28 Pro 34

1° Macarrones con tomate y chorizo  
2° Merluza a la romana con ensalada  
Postre Fruta Pan integral

**26** Kcal 781 Glú 85 Líp 39 Pro 28

1° Menestra de verduras/ Sopa de  
fideos  
2° Tortilla de patata con ensalada  
tres estaciones  
Postre Yogur Pan

**27** Kcal 972 Glú 129 Líp 31 Pro 45

1° Arroz con pollo  
2° Guisado de ternera con  
champiñones/ Albóndigas  
Postre Fruta Pan

**28** Kcal 806 Glú 93 Líp 21 Pro 53

1° Crema de zanahoria  
2° Atún con tomate  
Postre Fruta Pan





# N. S. de La Merced

## Diciembre 2025

### Menú Basal



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

**1** Kcal 766 Glú 92 Líp 29 Pro 39

- 1° Patatas en salsa verde
- 2° Escalope de ternera con champiñones/ Pechuga de pollo
- Postre Yogur Pan

**2** Kcal 903 Glú 121 Líp 36 Pro 31

- 1° Espaguetis con tomate y queso
- 2° Tortilla de patata con ensalada
- Postre Fruta Pan integral

**3** Kcal 755 Glú 99 Líp 20 Pro 51

- 1° Lentejas con puerros
- 2° Bacalao al horno con verduras
- Postre Yogur Pan

**4** Kcal 685 Glú 91 Líp 23 Pro 34

- 1° Crema de calabaza
- 2° Albóndigas a la jardindera
- Postre Fruta Pan

**5** Kcal 795 Glú 105 Líp 25 Pro 41

- 1° Alubias rojas con verduras
- 2° Merluza a la romana con ensalada tres estaciones
- Postre Fruta Pan

**8**

**FIESTA**

**9** Kcal 665 Glú 88 Líp 25 Pro 31

- 1° Puré de verduras
- 2° Bacalao rebozado con pisto
- Postre Yogur Pan integral

**10** Kcal 906 Glú 113 Líp 37 Pro 38

- 1° Garbanzos con chorizo
- 2° Tortilla de patata y calabacín con ensalada
- Postre Fruta Pan

**11** Kcal 928 Glú 61 Líp 34 Pro 36

- 1° Arroz con verduras
- 2° Salchichas al horno con ketchup
- Postre Fruta Pan

**12** Kcal 618 Glú 79 Líp 29 Pro 30

- 1° Menestra de verduras/ Sopa de fideos
- 2° Merluza con mahonesa
- Postre Fruta Pan

**15** Kcal 876 Glú 121 Líp 25 Pro 43

- 1° Macarrones con tomate
- 2° Hamburguesas de ternera con pimientos
- Postre Yogur Pan

**16** Kcal 791 Glú 93 Líp 37 Pro 27

- 1° Crema de brócoli
- 2° Tortilla de patata con ensalada
- Postre Fruta Pan integral

**17** Kcal 822 Glú 151 Líp 10 Pro 31

- 1° Arroz con tomate
- 2° Lomo adobado con pimientos
- Postre Yogur Pan

**18** Kcal 573 Glú 75 Líp 21 Pro 25

- 1° Porrusalda / Sopa de fideos
- 2° Bacalao al horno con verduras
- Postre Fruta Pan

**19** Kcal 895 Glú 121 Líp 36 Pro 30

- 1° Lentejas con calabaza
- 2° San jacobito con ensalada
- Postre Fruta Pan

