

Atendiendo al Reg.1169/2011
pueden solicitar al personal de
LA EMPRESA la información de sustancias
que pueden causar alergias o intolerancias

01
*ENSALADA VARIADA DE ATUN (lechuga,
tomate, maiz, zanahoria y atun en aceite)
*LENTEJAS CASERAS ECOLOGICAS
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 608,49 Prot: 23,12 Lip: 20,23 HC: 83,59

04
*ARROZ CON SALSAS DE TOMATE ECOLOGICO
*TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN
*ENSALADA (lechuga, zanahoria fresca y
cebolla)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 695,55 Prot: 15,63 Lip: 22,43 HC: 102,19

05
*ENSALADA MIXTA (lechuga, tomate, maiz,
zanahoria y aceitunas)
*POTAJE DE GARBANZOS
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
YOGUR
Kcal: 624,82 Prot: 21,04 Lip: 20,92 HC: 80,69

06
*DIA FESTIVO

07
*DIA NO LECTIVO

08
*DIA FESTIVO

11
*ESPAGUETTI CON SALSAS DE TOMATE
ECOLOGICO
*TORTILLA FRANCESA
*VERDURAS SALTEADAS
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*YOGUR
Kcal: 653,24 Prot: 23,55 Lip: 20,27 HC: 90,87

12
*ENSALADA VARIADA CON ATUN (lechuga,
tomate, maiz, zanahoria y atun en aceite)
*ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 632,02 Prot: 23,93 Lip: 19,57 HC: 81,58

13
*CREMA PARMENTIER ECOLOGICA
*HAMBURGUESA DE TERNERA AL HORNO
*ENSALADA (lechuga, tomate y cebolla)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 663,41 Prot: 21,89 Lip: 24,22 HC: 82,78

14
*SOPA DE PUCHERO ECOLOGICA
*MERLUZA EN SALSAS DE PIMIENTOS CON
PISTO
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 622,32 Prot: 21,22 Lip: 20,42 HC: 84,64

15
*LENTEJAS CON ZANAHORIA ECOLOGICAS
*TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA
*ENSALADA (lechuga y zanahoria fresca)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 705,36 Prot: 19,90 Lip: 26,02 HC: 97,69

18
*GARBANZOS GUIRADOS
*TORTILLA DE PATATA Y ATUN CON
MENESTRA DE VERDURAS
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 696,37 Prot: 21,61 Lip: 24,16 HC: 93,24

19
*CREMA DE CALABAZA ECOLOGICA
*CINTA DE LOMO FRESCA A LA JARDINERA
CON PATATA PANADERA ECOLOGICA
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 656,72 Prot: 24,28 Lip: 21,48 HC: 85,59

20
*CAZUELA DE ARROZ CON POLLO
*HUEVO COCIDO CON SALSAS DE TOMATE
*ENSALADA (lechuga y tomate)
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 687,76 Prot: 23,35 Lip: 25,29 HC: 89,68

21
*ENSALADA VARIADA CON QUESO (lechuga,
tomate, maiz, zanahoria y queso fresco)
*LENTEJAS ESTOFADAS ECOLOGICAS
*PAN INTEGRAL ECOLOGICO
*FRUTA FRESCA
Kcal: 647,30 Prot: 20,52 Lip: 25,83 HC: 80,50

22
*MACARRONES CON SALSAS DE TOMATE
ECOLOGICOS
*HAMBURGUESA DE TERNERA Y CERDO
*PAN BLANCO ECOLOGICO
*ZUMO DE NARANJA NATURAL ECOLOGICO
Kcal: 620,05 Prot: 26,14 Lip: 15,59 HC: 86,72

25



26



27



28



29

