Colegio La Merced
MAYO 2021

MENU BASAL NIÑOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		- Día 5 - *Crema de calabaza* *Ternera asada a la jardinera* *Pan y Yogur natural azucarado* Kcal:375 Prot:23 Lip:9,4 HC:53,4	- Día 6 - *Ensalada de pasta tricolor (pasta, atun, zanahoria, y maiz)* *Roti de pavo en salsa americana con tiras de pimiento* *Pan y Naranja* Kcal:446 Prot:32 Lip:12,3 HC:55,4	- Día 7 - *Lentejas a la hortelana* *Tortilla española guisada en salsa c/ Lechuga* *Pan y Sandia* Kcal:481 Prot:20,6 Lip:14,2 HC:69,9
- Día 10 - *Patatas a la riojana* *Rombos de merluza c/ Lechuga y maiz* *Pan y Manzana* Kcal:380 Prot:23,1 Lip:12,4 HC:48,6	- Día 11 - *Coditos blancos salteados con verduritas* *Muslitos de pollo al limon c/ Lechuga y remolacha* *Pan y Yogur sabor* Kcal:478 Prot:25,5 Lip:16,3 HC:60,4	- Día 12 - *Arroz tres delicias* *Cinta de lomo adobada al horno c/ Lechuga y maiz* *Pan y Platano* Kcal:596 Prot:24,4 Lip:29,2 HC:62,1	- Día 13 - *Garbanzos con espinacas* *Filete de merluza en salsa con verduritas* *Pan y Melon* Kcal:392 Prot:21,9 Lip:7,5 HC:62,4	- Día 14 - *Crema de calabacin* *Huevos cocidos con tomate y atun* *Pan y Pera* Kcal:412 Prot:17,4 Lip:17,4 HC:50,5
- Día 17 - *Lentejas estofadas con verduras* *Filete de merluza a la gallega* *Pan y Melon* Kcal:418 Prot:26,1 Lip:8,4 HC:63,1	- Día 18 - *Crema de brocoli* *Tortilla paisana c/ Lechuga* *Pan y Manzana* Kcal:409 Prot:11,6 Lip:13,8 HC:62	- Día 19 - *Judias blancas a la riojana* *Salchichas de pavo con jardinera de verduras* *Pan y Yogur liquido* Kcal:704 Prot:34,4 Lip:26,6 HC:85,1	- Día 20 - *Sopa de letras* *Albondigas de burger meat mixta en salsa casera con patatas cuadro* *Pan y Sandia* Kcal:430 Prot:15,5 Lip:21,9 HC:45,8	- Día 21 - *Macarrones a la napolitana* *Filete de abadejo al horno con pimenton y huevo duro* *Pan y Pera* Kcal:400 Prot:17 Lip:12,8 HC:58,4
- Día 24 - *Arroz blanco con salsa de tomate* *Filete de pollo empanado c/ Lechuga* *Pan y Melon* Kcal:470 Prot:18,8 Lip:10,1 HC:79,1	- Día 25 - *Crema de puerro* *Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza* *Pan y Yogur natural azucarado* Kcal:391 Prot:25,8 Lip:10 HC:53	- Día 26 - *Patatas guisadas con verduras* *Filete de merluza en salsa con tiras de pimiento* *Pan y Platano* Kcal:348 Prot:15,3 Lip:8,3 HC:56,8	- Día 27 - *Judias pintas a la hortelana* *Tortilla española c/ Lechuga y maiz* *Pan y Manzana* Kcal:499 Prot:18,9 Lip:13,2 HC:78,9	- Día 28 - *Judias verdes rehogadas con ajito* *Ventresca de bacalao con cebollita y bolas de patata* *Pan y Sandia* Kcal:289 Prot:14,1 Lip:10,1 HC:38,9

GLUTEN | HUEVO | PESCADO | MOLUSCO | SOJA | ALTRAMUCES | LECHE | SÉSAMO | FRUTOS DE CÁSCARA | APIO | MOSTAZA | SULFITOS | CACAHUETES | CRUSTÁCEOS

Este Menú ha sido valorado por el Departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria de Enasui (R.S. 2610104-M/ ISO 9001: 2008 Nº EC-2930/07). Podrá acceder a este menú a través de nuestra página web www.enasui.com entrando en "Area de Clientes" y registrándose como usuario - Atendiendo al Reglamento (UE)nº 1169/2011, Pueden solicitar al personal de ENASUI la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias