

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

	.Macarrones Boloñesa Rombos de Merluza c/ Lechuga Pan y Fruta Natural Kcal:457 Prot:25,2 Lip:16,4 HC:56,6	- Día 1 -	.Sopa de Cocido .Cocido Madrileño completo Pan y Fruta de Temporada Kcal:485 Prot:21,4 Lip:19,7 HC:63,7	- Día 2 -	.Crema de calabaza .Pollo asado al ajillo con patata panadera Pan y Postre Lácteo Kcal:426 Prot:23,8 Lip:15 HC:52,4	- Día 3 -	.Lentejas estofadas con verduras .Tortilla Española c/ Lechuga y zanahoria Pan y Fruta Natural Kcal:488 Prot:20,4 Lip:14 HC:72,3	- Día 4 -
Arroz con verduras *Cinta de lomo adobada a la gallega Pan y Gelatina sabor Kcal:564 Prot:19,7 Lip:24,7 HC:69,8	*Crema de espinacas .Filete de contramuslo de pollo con patatas cuadro Pan y Postre Lácteo Kcal:426 Prot:23,8 Lip:14 HC:54,8	- Día 7 -	Judias pintas estofadas con verduras Filete de merluza en salsa de tomate con daditos de zanahoria Pan y Fruta Natural Kcal:410 Prot:25,1 Lip:5,5 HC:68	- Día 8 -	*Coditos con salsa de tomate .Salchichas de pavo con jardinera de verduras Pan y Fruta Natural Kcal:591 Prot:22,2 Lip:25,4 HC:72,5	- Día 9 -	- Día 10 -	- Día 11 -
		- Día 14 -		- Día 15 -		- Día 16 -	- Día 17 -	- Día 18 -
	.Sopa de Estrellas *Lomo de sajonia encebollada con calabacin Pan y Fruta Natural Kcal:318 Prot:20 Lip:7 HC:47,1	- Día 21 -	.Arroz con tomate *Filete de merluza al horno con guisantes y huevo duro Pan y Gelatina sabor Kcal:481 Prot:16,7 Lip:12,4 HC:71,3	- Día 22 -	.Alubias blancas con chorizo .Jamoncitos de pollo con verduras Pan y Postre Lácteo Kcal:565 Prot:35,3 Lip:16,3 HC:72,9	- Día 23 -	- Día 24 -	- Día 25 -
.Coditos a la Napolitana .Filete de bacalao rebocado c/ Lechuga Pan y Fruta Natural Kcal:512 Prot:20,4 Lip:16,6 HC:72,7	Judias verdes rehogadas con ajito *Albondigas burger meat en salsa con patatas Pan y Fruta Natural Kcal:504 Prot:17,1 Lip:26,4 HC:54,1	- Día 28 -	.Lentejas estofadas con verduras *Salmón en salsa de zanahoria y calabaza Pan y Fruta de Temporada Kcal:472 Prot:25 Lip:14 HC:64,6	- Día 29 -	- Día 30 -			

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos en algunos platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección [www.enasui.com](http://www.enasui.com), o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados    Ecológicamente Responsables    Alimentación Neurosaludable    Certificaciones de calidad    Concienciados Socialmente    Alimentos de proximidad



In a world where you can be anything, be kind.



April 2nd is World Autism Awareness Day!

