



				<p>COCIDO ANDALUZ (garbanzos ,patatas y hortalizas) TORTILLA DE PATATAS/ENSALADA IV ESTACIONES.</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 624 KCAL HC.: 81.3G PROT.: 25.1G LÍPIDOS: 24.2G</p> <p style="text-align: right;">1</p>
<p>GUISAILLO DE PATATAS(patatas, zanahoria y judías verdes) MERLUZA EN SALSA VERDE/PATATAS COCIDAS Y CALABACIN.</p> <p>PAN. FRUTA. AGUA ENERGÍA: 656 KCAL HC.: 83.1G PROT.: 26.7G LÍPIDOS: 24.9G</p> <p style="text-align: right;">4</p>	<p>POTAJE DE LENTEJAS PECHUGA DE PAVO CON ENSALADA TOMATE, ZANAHORIA RALALDA PAN INTEGRAL. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 664 KCAL HC.: 87G PROT.: 24.1G LÍPIDOS: 26.2G</p> <p style="text-align: right;">5</p>	<p><u>MENÚ RECOMENDADO DÍA FESTIVO</u></p> <p>CAZUELA DE FIDEOS INTEGRALES (fideos, patata, tomate, pescado) SALMON AL HORNO CON ZANAHORIAS COCIDAS PAN. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 634 KCAL HC.: 91.2G PROT.: 24.9G LÍPIDOS: 21.7G</p> <p style="text-align: right;">6</p>	<p><u>MENÚ RECOMENDADO DÍA FESTIVO</u></p> <p>POTAJE DE JUDÍAS BLANCAS TORTILLA FRANCESA CON PISTO DE VERDURAS (tomate ,calabacín, berenjena, cebolla) PAN. . FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 629 KCAL HC.: 83.2G PROT.: 25.1G LÍPIDOS: 23.8G</p> <p style="text-align: right;">7</p>	<p><u>MENÚ RECOMENDADO DÍA FESTIVO</u></p> <p>ARROZ CON VERDURAS (guisantes, zanahorias, judías verdes, tomate) HAMBURGUESA DE POLLO CON ENSALADA PAN. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 655 KCAL HC.: 83.7G PROT.: 24.1G LÍPIDOS: 26.6G</p> <p style="text-align: right;">8</p>
<p>ESTOFADO DE PATATAS CON POLLO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE, ACEITUNAS)</p> <p>PAN. YOGUR. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 691 KCAL. HC: 93.3G PROT.: 26G LÍPIDOS: 24.9G</p> <p style="text-align: right;">11</p>	<p>POTAJE DE GARBANZOS QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ.</p> <p>PAN INTEGRAL. . FRUTA AGUA</p> <p>ENERGÍA: 701 KCAL HC.: 93.8G PROT.: 25.3G LÍPIDOS: 25.5G</p> <p style="text-align: right;">12</p>	<p>MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE AGUJA AL HORNO CON JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIAS COCIDAS</p> <p>PAN. . FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 658 KCAL HC.: 85.4G PROT.: 25G LÍPIDOS: 24.2G</p> <p style="text-align: right;">13</p>	<p>CREMA DE PUERRO (patatas, puerro, cebolla) TERNERA EN SALSA CON ARROZ PILAF(guisado al horno con cebolla y caldo) PAN. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 628 KCAL HC.: 81.7G PROT.: 25.7G LÍPIDOS: 22.7G</p> <p style="text-align: right;">14</p>	<p>POTAJE DE LENTEJAS CAZON EN SALSA DE TOMATE CON PATATAS COCIDAS PAN. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 608 KCAL HC.: 91G PROT.: 22.7G LÍPIDOS: 21.7G</p> <p style="text-align: right;">15</p>
<p>ALUBIAS ESTOFADAS MERLUZA EMPANADA/ BRÓCOLI COCIDO PAN.FRUTA AGUA</p> <p>ENERGÍA: 644 KCAL HC.: 88G PROT.: 25.4G LÍPIDOS: 21.4G</p> <p style="text-align: right;">18</p>	<p>ARROZ CALDOSO CON POLLO ENSALADA DE TOMATE, COL, MAÍZ Y HUEVO COCIDO PAN. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 638 KCAL HC.: 80.7G PROT.: 26.1G LÍPIDOS: 23.2G</p> <p style="text-align: right;">19</p>	<p>CREMA DE CALABAZA (patatas, calabaza. cebolla) MERLUZA AL AJILLO CON MENESTRA PAN. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 675 KCAL HC.: 95.1G PROT.: 25.3G LÍPIDOS: 22.3G</p> <p style="text-align: right;">20</p>	<p>COCIDO ANDALUZ (garbanzos ,patatas y hortalizas) SALCHICHAS* DE POLLO/ENSALADA *(trazas de soja y leche) PAN. FRUTA. AGUA</p> <p>ENERGÍA: 653 KCAL HC.: 85.1G PROT.: 25.6G LÍPIDOS: 26.5G</p> <p style="text-align: right;">21</p>	<p>SOPA DE PICADILLO(fideos, pollo) JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS CHIPS PAN INTEGRAL. YOGUR.AGUA</p> <p>ENERGÍA: 629 KCAL HC.:81.4G PROT.: 26.2G LÍPIDOS: 23.3G</p> <p style="text-align: right;">22</p>



El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias .Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos. A fin de garantizar un adecuado servicio de comedor se ruega, que los padres informen siempre y de la forma más detallada posible tanto a la empresa de comedor como al centro escolar, de las alergias y/o intolerancias de su hijo/a. GRACIAS. Catering ibagar. *Según temporada la pieza de fruta será de temporada, fruta ecológica o fruta: manzana, mandarina, pera, ciruela, naranja y plátano.*

