



Menú GUARDERÍAS LÍNEA CALIENTE 2017

*** ESTE MES RECORDAMOS LOS BENEFICIOS DE LA FIBRA ***

COCIDO ANDALUZ (garbanzos ,patatas y hortalizas)
TORTILLA DE PATATAS/ENSALADA IV ESTACIONES.
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 624 KCAL HC.: 81.3G
PROT.: 25.1G LÍPIDOS: 24.2G

GUISAILLO DE PATATAS(patatas, zanahoria y judías verdes)
MERLUZA AL HORNO/ENSALADA.
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 656 KCAL HC.: 83.1G
PROT.: 26.7G LÍPIDOS: 24.9G

POTAJE DE LENTEJAS
TORTILLA FRANCESA CON PISTO DE VERDURAS
PAN INTEGRAL. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 664 KCAL HC.: 87G
PROT.: 24.1G LÍPIDOS: 26.2G

MENU RECOMENDADO DIA FESTIVO
CAZUELA DE FIDEOS INTEGRALES (fideos, patata, tomate, pescado)
SALMON AL HORNO CON ZANAHORIAS
COCIDAS
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 634 KCAL HC.: 91.2G
PROT.: 24.9G LÍPIDOS: 21.7G

MENU RECOMENDADO DIA FESTIVO
POTAJE DE JUDÍAS BLANCAS
CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 629 KCAL HC.: 83.2G
PROT.: 25.1G LÍPIDOS: 23.8G

MENU RECOMENDADO DIA FESTIVO
ARROZ CON VERDURAS (guisantes, zanahorias, judías verdes, tomate)
HAMBURGUESA DE POLLO CON ENSALDA
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 655 KCAL HC.: 83.7G
PROT.: 24.1G LÍPIDOS: 26.6G

ESTOFADO DE PATATAS CON POLLO
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA
PAN. YOGUR. AGUA
ENERGÍA: 691 KCAL HC.: 93.3G
PROT.: 26G LÍPIDOS: 24.9G

POTAJE DE GARBANZOS
NUGGET DE POLLO CON PATATAS
PAN INTEGRAL . FRUTA AGUA
ENERGÍA: 701 KCAL HC.: 93.8G
PROT.: 25.3G LÍPIDOS: 25.5G

MACARRONES INTEGRALES CON TOMATE
AGUJA AL HORNO CON JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIAS COCIDAS
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 658 KCAL HC.: 85.4G
PROT.: 25G LÍPIDOS: 24.2G

CREMA DE PUERRO (patatas, puerro, cebolla)
CARNE EN SALSAS CON ARROZ
PILAF(guisado al horno con cebolla y caldo)
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 628 KCAL HC.: 81.7G
PROT.: 25.7G LÍPIDOS: 22.7G

POTAJE DE LENTEJAS
CAZON EN SALSAS DE TOMATE CON PATATAS COCIDAS
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 608 KCAL HC.: 91G
PROT.: 22.7G LÍPIDOS: 21.7G

CAZUELA DE FIDEOS
MERLUZA EMPANADA/ENSALADA
PAN.FRUTA AGUA
ENERGÍA: 644 KCAL HC.: 88G
PROT.: 25.4G LÍPIDOS: 21.4G

SOPA DE PICADILLO
LOMO ASADO AL AJILLO CON BROCOLI
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 638 KCAL HC.: 80.7G
PROT.: 26.1G LÍPIDOS: 23.2G

CREMA DE CALABAZA (patatas, calabaza. cebolla)
TORTILA ESPAÑOLA CON MENESTRA
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 675 KCAL HC.: 95.1G
PROT.: 25.3G LÍPIDOS: 22.3G

COCIDO ANDALUZ (garbanzos ,patatas y hortalizas)
CROQUETAS CON ENSALDA
PAN. FRUTA. AGUA
ENERGÍA: 653 KCAL HC.: 85.1G
PROT.: 25.6G LÍPIDOS: 26.5G

SOPA DE PICADILLO(fideos, pollo)
JAMONCITOS DE POLLO CON PATATAS CHIPS
PAN INTEGRAL. YOGUR.AGUA
ENERGÍA: 629 KCAL HC.:81.4G
PROT.: 26.2G LÍPIDOS: 23.3G



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.*

