

Otros Colectivos

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01

04	Kcal 785 Lip. 20 P. 42 H.C. 104 – Garbanzos ● Bacalao en salsa marinera ● Fruta Pan	05	Kcal 740 Lip. 26 P. 18 H.C. 105 ● Puré de verdura – Huevos villarroy – Actimel Pan	06		07	Kcal 892 Lip. 21 P. 38 H.C. 132 – Arroz blanco con verduras – Filete de abadejo romana con ensalada liz – Yogurt sabores Pan	08	Kcal 875 Lip. 39 P. 47 H.C. 85 – Sopa de lluvia con ave – Estofado de pavo con verduras ● Fruta Pan
11	Kcal 872 Lip. 33 P. 40 H.C. 99 ● Crema de calabacín – Pechugas de pollo rebozadas con chips ● Fruta Pan	12	Kcal 739 Lip. 15 P. 38 H.C. 111 – Espirales salteados – Palometa al horno con tomate – Yogurt sabores Pan	13	Kcal 697 Lip. 22 P. 22 H.C. 99 – Guisantes rehogados – Tortilla de patata con lechuga ● Fruta Pan	14	Kcal 680 Lip. 21 P. 31 H.C. 90 ● Patatas a la marinera ● Bacalao al horno con ensalada liz – Yogurt natural azucarado Pan	15	Kcal 806 Lip. 26 P. 43 H.C. 93 – Alubias rojas – Hamburguesa de ternera 100% en salsa jardinera ● Fruta Pan
18	Kcal 975 Lip. 30 P. 34 H.C. 142 – Arroz blanco con tomate – Merluza en salsa americana ● Fruta Pan	19	Kcal 826 Lip. 31 P. 32 H.C. 89 – Lentejas – Tortilla de patata y calabacín con lechuga – Yogurt griego Pan	20	Kcal 788 Lip. 39 P. 32 H.C. 77 – Sopa de fideo con ave – Hamburguesa de ternera 100% en salsa ● Fruta Pan	21	Kcal 664 Lip. 16 P. 48 H.C. 84 ● Crema de calabaza y zanahoria – Muslo de pollo asado con ensalada liz – Yogurt sabores Pan	22	Kcal 878 Lip. 28 P. 45 H.C. 102 – Garbanzos – Filete de abadejo romana con mahonesa ● Fruta Pan
25	Kcal 787 Lip. 27 P. 43 H.C. 92 ● Porrusalda – Guisado de ternera en salsa de verduras con setas ● Fruta Pan	26	Kcal 616 Lip. 23 P. 28 H.C. 73 – Vainas rehogadas ● Bacalao al horno con ensalada liz – Yogurt sabores Pan	27	Kcal 837 Lip. 20 P. 44 H.C. 119 – Macarrones salteados – Pechugas de pollo con salsa rubia ● Fruta Pan	28	Kcal 800 Lip. 23 P. 46 H.C. 95 – Alubias blancas – Filete de merluza en salsa verde – Yogurt natural azucarado Pan	29	Kcal 658 Lip. 24 P. 17 H.C. 90 ● Puré de acelgas y espinacas – Tortilla de patata ● Fruta Pan

● Este punto indica los platos y días gestionados a través de proveedores de nuestro programa KODE..

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA	SUGERENCIA PARA LA CENA
Arroz, pasta, patata o legumbre	Verduras u hortalizas crudas o cocinadas
Verduras	Arroz, pasta o patata
Carnes	Pescados o huevo
Pescados	Carnes o huevo
Huevo	Pescado o carne
Fruta	Lácteo o fruta
Lácteo	Fruta

www.gastronomiabaska.com

