

FECHA: LÍNEA:		nov-17 EN CALIENTE	COLECTIVO: MENÚ:	COLEGIOS BASAL
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		01-nov	02-nov	03-nov
		FESTIVO	GUISO DE PATATAS CON CHOCO	GUISO DE ALUBIAS CON CARNE
		FESTIVO	FILETITOS DE LOMO DE CERDO AL JEREZ CON MENESTRA	PESCADO A LA ROTEÑA
			PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR
06-nov	07-nov	08-nov	09-nov	10-nov
SOPA DE POLLO CON ARROZ	GUISO DE PATATAS CON CARNE	GUISO DE GARBANZOS CON CHORIZO	CREMA CLÁSICA	ARROZ CON TOMATE
LOMO ADOBADO CON MENESTRA DE VERDURAS	PESCADO ENCEBOLLADO CON CHAMPIÑONES	SALCHICHAS CON VERDURAS	POLLO ESTOFADO CON ESPÁRRAGOS	PESCADO CON VERDURAS
PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR
13-nov	14-nov	15-nov	16-nov	17-nov
PATATAS GUIADAS CON CAZÓN	GUISO DE LENTEJAS CASERAS	SOPA DE POLLO CON ARROZ	ENSALADA MIXTA CON ATÚN	CODITOS AL ORÉGANO CON TOMATE
LOMO DE CERDO A LA CASTELLANA	PESCADO EN SALSA VASCA	ALBÓNDIGAS EN TOMATE CON CALABACIN	POLLO EN SALSA CON PATATAS FRITAS	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA
PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR
20-nov	21-nov	22-nov	23-nov	24-nov
PATATAS EN AMARILLO CON GUIANTES Y CARNE	GUISO DE ALUBIAS CON CHORIZO	CODITOS CON TOMATE Y ATÚN	CREMA DE CALABACIN CON PICATOSTES	ARROZ A LA MILANESA
POLLO AL LIMÓN CON CALABAZA	MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA	HAMBURGUESA CON MENESTRA DE VERDURAS	PESCADO AL HORNO CON ESPÁRRAGOS	EMPANADILLAS CON ENSALADA
PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR
27-nov	28-nov	29-nov	30-nov	
GUISO DE GARBANZOS CON ESPINACAS Y CHORIZO	SOPA DE POLLO CON ARROZ	GUISO DE PATATAS CON VERDURAS Y CARNE	GUISO DE LENTEJAS CON CHORIZO	
SALCHICHAS AL VINO CON JUDIAS VERDES	LOMO DE CERDO EN SALSA CON ZANAHORIAS	PESCADO A LA VIZCAINA	POLLO ESTOFADO CON VERDURAS	
PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	PAN Y FRUTA O YOGUR	
OBSERVACIONES GENERALES DE LOS MENÚS			FIRMA NUTRICIONISTA	
La fruta es variada y de temporada. La bebida que se sirve con el menú debe ser, exclusivamente, agua. Los platos se elaboran con aceite de oliva virgen extra, sal yodada, hierbas y especias. Quedando libres de grasas trans y glutamato monosódico.			Paula Mesa García	
Los pescados blancos son merluza o abadejo y los azules atún, emperador o cazón, según disponibilidad en el mercado.				
VALORACIÓN NUTRICIONAL MEDIA DE LOS MENÚS				
ENERGÍA (Kcal)	PROTEINAS (gramos)	LÍPIDOS (gramos)	HIDRATOS CARBONO (gramos)	
850	31	32	115	

