

Diciembre 2019

LBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / INFANTIL

Lunes

2 KCal. 677 H.C. 106 Lip. 23 P. 17

ENSALADA CON HUEVO
PAELLA VALENCIANA
FRUTA NATURAL
PAN

9 KCal. 664 H.C. 84 Lip. 26 P. 26

PURE DE LEGUMBRES
MERLUZA EMPANADA
ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA NATURAL
PAN

16 KCal. 759 H.C. 95 Lip. 28 P. 36

MACARRONES INTEGRALES CON VERDURAS
PALOMETA A LA VIZCAÍNA
ENSALADA DE ZANAHORIA
FRUTA NATURAL
PAN

Martes

3 KCal. 815 H.C. 95 Lip. 35 P. 34

MACARRONES POMODORO
RAPE CON PIMIENTOS
ENSALADA CON LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA
FRUTA NATURAL
PAN

10 KCal. 736 H.C. 101 Lip. 25 P. 30

ENSALADA CON BROTES DE SOJA CON QUINOA
ESPAGUETIS BOLOÑESA
FRUTA NATURAL
PAN

17 KCal. 716 H.C. 74 Lip. 32 P. 37

LENTEJAS JARDINERA
TORTILLA DE JAMÓN YORK
ENSALADA CON ATÚN
FRUTA NATURAL
PAN

Miércoles

4 KCal. 672 H.C. 74 Lip. 28 P. 29

ALIBIAS BLANCAS CON VERDURAS ECOLÓGICAS
JAMONCITOS DE POLLO HORNO
ENSALADA TROPICAL
FRUTA NATURAL
PAN

11 KCal. 603 H.C. 85 Lip. 19 P. 26

GARBANZOS ECOLÓGICOS CON VERDURAS
TORTILLA DE PATATAS
ENSALADA
FRUTA NATURAL
PAN

18 KCal. 708 H.C. 76 Lip. 33 P. 29

CREMA DE GALABAZA
ALITAS DE POLLO AL AJILLO
ENSALADA CON COUS COUS Y QUESO FRESCO
FRUTA NATURAL
PAN

Jueves

5 KCal. 716 H.C. 69 Lip. 37 P. 28

HERVIDO VALENCIANO
HUEVOS REVUELTOS CON QUESO
ENSALADA CON QUINOA
YOGHURT
PAN

12 KCal. 743 H.C. 104 Lip. 25 P. 32

ENSALADA CON TOMATE Y HUEVO
ARROZ A BANDA
FRUTA NATURAL
PAN

19 KCal. 525 H.C. 70 Lip. 15 P. 31

SOPA CUBIERTA CON GARBANZOS SIN GLUTEN
BACALAO CON PIMIENTOS
ENSALADA
FRUTA NATURAL
PAN

Viernes

13 KCal. 721 H.C. 92 Lip. 24 P. 39

SOPA DE COCIDO / COCIDO COMPLETO
YOGUR NATURAL
PAN

20 KCal. 1005 H.C. 117 Lip. 48 P. 33

ARROZ A LA CUBANA
LONGANIZAS
ENSALADA DE PALITOS DE CANGREJO
FLAN
PAN

Dilluns

2 Cal. 677 H.C. 106 Lip. 23 P. 17

AMANIDA AMB OU
PAELLA VALENCIANA
FRUITA NATURAL
PÀ

9 Cal. 664 H.C. 84 Lip. 26 P. 26

PURE DE LLEGUMS
LLUÇ EMPANAT
• AMANIDA D'ENCISAM, DACSA I CARLOTA
FRUITA NATURAL
PÀ

16 Cal. 759 H.C. 95 Lip. 28 P. 36

MACARRONS INTEGRALS AMB VERDURES
PALOMETA A LA BISCAÏNA
• AMANIDA DE CARLOTA
FRUITA NATURAL
PÀ

Dimarts

3 Cal. 815 H.C. 95 Lip. 35 P. 34

MACARRONS POMODORO
RAP AMB PEBROTS
• AMANIDA D'ENCISAM, DACSA I CARLOTA
FRUITA NATURAL
PÀ

10 Cal. 736 H.C. 101 Lip. 25 P. 30

AMANIDA AMB BROTS DE SOIA AMB QUINOA
ESPAGUETIS BOLONYESA
FRUITA NATURAL
PÀ

17 Cal. 716 H.C. 74 Lip. 32 P. 37

LLENTILLES JARDINERA
TRUITA DE YORK
• AMANIDA AMB TONYINA
FRUITA NATURAL
PÀ

Dimecres

4 Cal. 672 H.C. 74 Lip. 28 P. 29

FESOLS BLANCS AMB VERDURES ECOLÒGIQUES
CUIXETES DE POLI ASTRE AL FORN
• AMANIDA TROPICAL
FRUITA NATURAL
PÀ

11 Cal. 603 H.C. 85 Lip. 19 P. 26^{*}

CIGRONS ECOLÒGICS AMB VERDURES
TRUITA DE CREÏLLES
• AMANIDA
FRUITA NATURAL
PÀ

18 Cal. 708 H.C. 76 Lip. 33 P. 29

CREMA DE CARABASSA
ALETES DE POLI ASTRE A L'ALI.
• AMANIDA AMB COUS COUS I FORMATGE FRESC
FRUITA NATURAL
PÀ

Dijous

5 Cal. 716 H.C. 69 Lip. 37 P. 28

BULLIT VALENCIÀ
OUS REMENATS AMB FORMATGE
• AMANIDA AMB QUINOA
IOGURT
PÀ

12 Cal. 743 H.C. 104 Lip. 25 P. 32

AMANIDA AMB OU I TOMACA
ARRÒS A BANDA
FRUITA NATURAL
PÀ

19 Cal. 525 H.C. 70 Lip. 15 P. 31

SOPA COBERTA AMB CIGRONS SENSE GLUTEN
ABADEJO AMB PIMENTONS
• AMANIDA
FRUITA NATURAL
PÀ

Divendres

13 Cal. 721 H.C. 92 Lip. 24 P. 39

SOPA D'OLLA / OLLA COMPLETA
IOGURT NATURAL
PÀ

20 Cal. 1005 H.C. 117 Lip. 48 P. 33

ARRÒS A LA CUBANA
LLONGANISSES
• AMANIDA DE PALETS DE CRANC
FLAM
PÀ