

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 824 H.C. 112 Lip. 27 P. 38 ARROZ CON TOMATE CABALLA • PATATAS CHIPS GELATINA PAN	3 KCal. 741 H.C. 87 Lip. 26 P. 45 LENTEJAS CON VERDURA PECHUGA DE POLLO REBOZADA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	4 KCal. 635 H.C. 74 Lip. 24 P. 35 CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO FRESCA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	5 KCal. 727 H.C. 78 Lip. 33 P. 33 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN COCIDO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN
8 KCal. 683 H.C. 111 Lip. 17 P. 27 ARROZ TRES DELICIAS MERLUZA EN SALSA DE MANZANA FRUTA FRESCA PAN	9 KCal. 708 H.C. 79 Lip. 32 P. 31 GARBANZOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	10 KCal. 714 H.C. 75 Lip. 34 P. 31 PATATAS CON MAGRO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	11 KCal. 677 H.C. 75 Lip. 31 P. 25 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATA PANADERA FRUTA FRESCA PAN	12 KCal. 601 H.C. 75 Lip. 16 P. 42 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS SALMON AL HORNO • VERDURITAS YOGUR PAN
15 KCal. 708 H.C. 97 Lip. 24 P. 32 MACARRONES PRIMAVERA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	16 KCal. 850 H.C. 107 Lip. 35 P. 32 FABADA ASTURIANA ROLLITOS DE CACHOPO • PIMIENTOS ARROZ CON LECHE PAN	17 KCal. 660 H.C. 98 Lip. 22 P. 25 PAELLA DE VERDURAS HUEVOS CON PISTO FRUTA FRESCA PAN	18 KCal. 541 H.C. 59 Lip. 24 P. 25 SOPA DE AVE CON FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN	19 KCal. 684 H.C. 72 Lip. 29 P. 37 PURE DE VERDURAS MAGRO ESTOFADO CON VERDURAS Y PATATAS YOGUR PAN
22 KCal. 781 H.C. 112 Lip. 27 P. 29 LENTEJAS CON VERDURA HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	23 KCal. 576 H.C. 68 Lip. 24 P. 27 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	24 KCal. 679 H.C. 94 Lip. 23 P. 31 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO FRUTA FRESCA PAN	25 KCal. 594 H.C. 65 Lip. 22 P. 36 JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	26 KCal. 607 H.C. 88 Lip. 14 P. 37 ESPAGUETIS CON TOMATE CINTA DE LOMO ADOBADO A LA PLANCHA • PIMIENTOS YOGUR PAN
29 KCal. 528 H.C. 68 Lip. 19 P. 23 SOPA DE PESCADO ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS FRUTA FRESCA PAN	30 KCal. 601 H.C. 91 Lip. 18 P. 23 PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES TORTILLA DE PATATA CON CHORIZO • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN			

Noviembre 2021

LAL00005: NO PESCADO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 792 H.C. 99 Lip. 33 P. 30 ARROZ CON TOMATE HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA • PATATAS CHIPS GELATINA SIN AZUCAR PAN	3 KCal. 741 H.C. 87 Lip. 26 P. 45 LENTEJAS CON VERDURA PECHUGA DE POLLO REBOZADA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	4 KCal. 635 H.C. 74 Lip. 24 P. 35 CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO FRESCA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	5 KCal. 727 H.C. 78 Lip. 33 P. 33 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN COCIDO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN
8 KCal. 644 H.C. 96 Lip. 16 P. 35 ARROZ TRES DELICIAS LOMO DE CERDO FRESCO PLANCHA CON CHAMPINON FRUTA FRESCA PAN	9 KCal. 708 H.C. 79 Lip. 32 P. 31 GARBANZOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	10 KCal. 714 H.C. 75 Lip. 34 P. 31 PATATAS CON MAGRO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	11 KCal. 677 H.C. 75 Lip. 31 P. 25 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATA PANADERA FRUTA FRESCA PAN	12 KCal. 569 H.C. 75 Lip. 12 P. 44 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PECHUGA DE POLLO AL AJILLO • VERDURITAS YOGUR PAN
15 KCal. 552 H.C. 95 Lip. 10 P. 26 MACARRONES PRIMAVERA FIAMBRE DE PAVO AL HORNO CON ZANAHORIA FRUTA FRESCA PAN	16 KCal. 619 H.C. 64 Lip. 23 P. 42 FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS GELATINA SIN AZUCAR PAN	17 KCal. 660 H.C. 98 Lip. 22 P. 25 PAELLA DE VERDURAS HUEVOS CON PISTO FRUTA FRESCA PAN	18 KCal. 541 H.C. 59 Lip. 24 P. 25 SOPA DE AVE CON FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN	19 KCal. 684 H.C. 72 Lip. 29 P. 37 PURE DE VERDURAS MAGRO ESTOFADO CON VERDURAS Y PATATAS YOGUR PAN
22 KCal. 700 H.C. 87 Lip. 26 P. 37 LENTEJAS CON VERDURA HUEVOS COCIDOS • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	23 KCal. 555 H.C. 75 Lip. 19 P. 25 PATATAS A LA RIOJANA DELICIAS DE PAVO CON ZANAHORIA • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	24 KCal. 679 H.C. 94 Lip. 23 P. 31 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO FRUTA FRESCA PAN	25 KCal. 594 H.C. 65 Lip. 22 P. 36 JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	26 KCal. 607 H.C. 88 Lip. 14 P. 37 ESPAGUETIS CON TOMATE LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS YOGUR PAN
29 KCal. 557 H.C. 75 Lip. 21 P. 21 SOPA DE ARROZ ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS FRUTA FRESCA PAN	30 KCal. 601 H.C. 91 Lip. 18 P. 23 PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES TORTILLA DE PATATA CON CHORIZO • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN			

Noviembre 2021

LAL00006: NO MARISCO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>2 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 35</p> <p>ARROZ CON TOMATE CABALLA • PATATAS CHIPS GELATINA SIN AZUCAR PAN</p>	<p>3 KCal. 741 H.C. 87 Lip. 26 P. 45</p> <p>LENTEJAS CON VERDURA PECHUGA DE POLLO REBOZADA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>4 KCal. 635 H.C. 74 Lip. 24 P. 35</p> <p>CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO FRESCA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>5 KCal. 727 H.C. 78 Lip. 33 P. 33</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN COCIDO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN</p>
<p>8 KCal. 683 H.C. 111 Lip. 17 P. 27</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS MERLUZA EN SALSA DE MANZANA FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>9 KCal. 708 H.C. 79 Lip. 32 P. 31</p> <p>GARBANZOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>10 KCal. 714 H.C. 75 Lip. 34 P. 31</p> <p>PATATAS CON MAGRO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>11 KCal. 677 H.C. 75 Lip. 31 P. 25</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATA PANADERA FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>12 KCal. 745 H.C. 75 Lip. 30 P. 47</p> <p>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS SALMON EN SU JUGO • VERDURITAS YOGUR PAN</p>
<p>15 KCal. 708 H.C. 97 Lip. 24 P. 32</p> <p>MACARRONES PRIMAVERA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>16 KCal. 619 H.C. 64 Lip. 23 P. 42</p> <p>FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS GELATINA SIN AZUCAR PAN</p>	<p>17 KCal. 660 H.C. 98 Lip. 22 P. 25</p> <p>PAELLA DE VERDURAS HUEVOS CON PISTO FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>18 KCal. 541 H.C. 59 Lip. 24 P. 25</p> <p>SOPA DE AVE CON FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>19 KCal. 684 H.C. 72 Lip. 29 P. 37</p> <p>PURE DE VERDURAS MAGRO ESTOFADO CON VERDURAS Y PATATAS YOGUR PAN</p>
<p>22 KCal. 700 H.C. 87 Lip. 26 P. 37</p> <p>LENTEJAS CON VERDURA HUEVOS COCIDOS • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>23 KCal. 576 H.C. 68 Lip. 24 P. 27</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>24 KCal. 679 H.C. 94 Lip. 23 P. 31</p> <p>SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>25 KCal. 594 H.C. 65 Lip. 22 P. 36</p> <p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>26 KCal. 607 H.C. 88 Lip. 14 P. 37</p> <p>ESPAGUETIS CON TOMATE LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS YOGUR PAN</p>
<p>29 KCal. 557 H.C. 75 Lip. 21 P. 21</p> <p>SOPA DE ARROZ ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS FRUTA FRESCA PAN</p>	<p>30 KCal. 601 H.C. 91 Lip. 18 P. 23</p> <p>PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES TORTILLA DE PATATA CON CHORIZO • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN</p>			

Noviembre 2021

LAL00008: NO HUEVO, LECHE
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 35 ARROZ CON TOMATE CABALLA • PATATAS CHIPS GELATINA SIN AZUCAR PAN	3 KCal. 626 H.C. 85 Lip. 14 P. 46 LENTEJAS CON VERDURA FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	4 KCal. 635 H.C. 74 Lip. 24 P. 35 CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO FRESCA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	5 KCal. 522 H.C. 82 Lip. 10 P. 30 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS FIAMBRE DE PAVO AL HORNO CON ZANAHORIA FRUTA FRESCA PAN
8 KCal. 683 H.C. 111 Lip. 17 P. 27 ARROZ TRES DELICIAS MERLUZA EN SALSA DE MANZANA FRUTA FRESCA PAN	9 KCal. 607 H.C. 78 Lip. 17 P. 39 GARBANZOS CON FRITADA LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	10 KCal. 714 H.C. 75 Lip. 34 P. 31 PATATAS CON MAGRO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	11 KCal. 642 H.C. 67 Lip. 28 P. 31 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN	12 KCal. 588 H.C. 66 Lip. 17 P. 44 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS SALMON AL HORNO • VERDURITAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN
15 KCal. 780 H.C. 110 Lip. 28 P. 29 MACARRONES SIN GLUTEN CON VERDURAS ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	16 KCal. 619 H.C. 64 Lip. 23 P. 42 FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS GELATINA SIN AZUCAR PAN	17 KCal. 682 H.C. 98 Lip. 22 P. 29 PAELLA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN	18 KCal. 550 H.C. 69 Lip. 23 P. 21 SOPA DE VERDURA JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN	19 KCal. 671 H.C. 63 Lip. 29 P. 39 PURE DE VERDURAS MAGRO ESTOFADO CON VERDURAS Y PATATAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN
22 KCal. 626 H.C. 85 Lip. 14 P. 46 LENTEJAS CON VERDURA FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	23 KCal. 576 H.C. 68 Lip. 24 P. 27 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	24 KCal. 655 H.C. 110 Lip. 14 P. 28 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO (DIETAS) FRUTA FRESCA PAN	25 KCal. 594 H.C. 65 Lip. 22 P. 36 JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	26 KCal. 614 H.C. 88 Lip. 15 P. 36 ESPAGUETIS CON TOMATE (SIN GLUTEN/HUEVO) LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN
29 KCal. 562 H.C. 71 Lip. 21 P. 26 SOPA DE ARROZ HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN	30 KCal. 529 H.C. 72 Lip. 11 P. 39 PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN			

Noviembre 2021

LAL00004: NO LECHE

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 35 ARROZ CON TOMATE CABALLA • PATATAS CHIPS GELATINA SIN AZUCAR PAN	3 KCal. 741 H.C. 87 Lip. 26 P. 45 LENTEJAS CON VERDURA PECHUGA DE POLLO REBOZADA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	4 KCal. 635 H.C. 74 Lip. 24 P. 35 CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO FRESCA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	5 KCal. 727 H.C. 78 Lip. 33 P. 33 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN COCIDO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN
8 KCal. 683 H.C. 111 Lip. 17 P. 27 ARROZ TRES DELICIAS MERLUZA EN SALSA DE MANZANA FRUTA FRESCA PAN	9 KCal. 708 H.C. 79 Lip. 32 P. 31 GARBANZOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	10 KCal. 714 H.C. 75 Lip. 34 P. 31 PATATAS CON MAGRO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	11 KCal. 642 H.C. 67 Lip. 28 P. 31 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN	12 KCal. 588 H.C. 66 Lip. 17 P. 44 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS SALMON AL HORNO • VERDURITAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN
15 KCal. 708 H.C. 97 Lip. 24 P. 32 MACARRONES PRIMAVERA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	16 KCal. 619 H.C. 64 Lip. 23 P. 42 FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS GELATINA SIN AZUCAR PAN	17 KCal. 660 H.C. 98 Lip. 22 P. 25 PAELLA DE VERDURAS HUEVOS CON PISTO FRUTA FRESCA PAN	18 KCal. 541 H.C. 59 Lip. 24 P. 25 SOPA DE AVE CON FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN	19 KCal. 671 H.C. 63 Lip. 29 P. 39 PURE DE VERDURAS MAGRO ESTOFADO CON VERDURAS Y PATATAS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN
22 KCal. 700 H.C. 87 Lip. 26 P. 37 LENTEJAS CON VERDURA HUEVOS COCIDOS • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	23 KCal. 576 H.C. 68 Lip. 24 P. 27 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	24 KCal. 679 H.C. 94 Lip. 23 P. 31 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO FRUTA FRESCA PAN	25 KCal. 594 H.C. 65 Lip. 22 P. 36 JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	26 KCal. 594 H.C. 80 Lip. 14 P. 39 ESPAGUETIS CON TOMATE LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS POSTRE FERMENTADO DE SOJA PAN
29 KCal. 533 H.C. 64 Lip. 20 P. 29 SOPA DE PESCADO HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN	30 KCal. 609 H.C. 88 Lip. 21 P. 20 PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES TORTILLA DE PATATA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN			

Noviembre 2021

LAL00095: NO LEGUMINOSAS
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 35 ARROZ CON TOMATE CABALLA • PATATAS CHIPS GELATINA SIN AZUCAR PAN	3 KCal. 628 H.C. 70 Lip. 26 P. 33 PATATAS GUIADAS (DIETAS) PECHUGA DE POLLO REBOZADA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	4 KCal. 635 H.C. 74 Lip. 24 P. 35 CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO FRESCA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	5 KCal. 780 H.C. 94 Lip. 35 P. 27 MACARRONES CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN
8 KCal. 703 H.C. 111 Lip. 20 P. 26 ARROZ CON TOMATE MERLUZA EN SALSA DE MANZANA FRUTA FRESCA PAN	9 KCal. 729 H.C. 92 Lip. 31 P. 27 ESPAGUETIS CON TOMATE TORTILLA FRANCESA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	10 KCal. 714 H.C. 75 Lip. 34 P. 31 PATATAS CON MAGRO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	11 KCal. 472 H.C. 52 Lip. 13 P. 40 BROCOLI SALTEADO RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	12 KCal. 513 H.C. 66 Lip. 14 P. 32 SOPA DE ARROZ SALMON AL HORNO • VERDURITAS YOGUR PAN
15 KCal. 708 H.C. 97 Lip. 24 P. 32 MACARRONES PRIMAVERA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	16 KCal. 432 H.C. 56 Lip. 12 P. 29 PATATAS GUIADAS (DIETAS) LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS GELATINA SIN AZUCAR PAN	17 KCal. 704 H.C. 107 Lip. 23 P. 26 ARROZ BLANCO HUEVOS CON PISTO FRUTA FRESCA PAN	18 KCal. 541 H.C. 59 Lip. 24 P. 25 SOPA DE AVE CON FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN	19 KCal. 603 H.C. 66 Lip. 26 P. 30 PURE DE VERDURAS MAGRO DE CERDO ASADO EN SALSA CON VERDURAS YOGUR PAN
22 KCal. 744 H.C. 106 Lip. 28 P. 26 ARROZ BLANCO HUEVOS COCIDOS • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	23 KCal. 576 H.C. 68 Lip. 24 P. 27 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	24 KCal. 576 H.C. 76 Lip. 17 P. 35 SOPA DE ARROZ FILETE DE POLLO PLANCHA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	25 KCal. 468 H.C. 52 Lip. 14 P. 37 BROCOLI CON REFrito RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	26 KCal. 607 H.C. 88 Lip. 14 P. 37 ESPAGUETIS CON TOMATE LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS YOGUR PAN
29 KCal. 541 H.C. 69 Lip. 14 P. 39 SOPA DE PESCADO RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	30 KCal. 623 H.C. 92 Lip. 23 P. 18 CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATA CON CHORIZO • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN			

Noviembre 2021

LMU00001: NO CERDO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 35 ARROZ CON TOMATE CABALLA • PATATAS CHIPS GELATINA SIN AZUCAR PAN	3 KCal. 741 H.C. 87 Lip. 26 P. 45 LENTEJAS CON VERDURA PECHUGA DE POLLO REBOZADA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	4 KCal. 499 H.C. 78 Lip. 13 P. 23 CREMA DE CALABAZA DELICIAS DE PAVO CON ZANAHORIA FRUTA FRESCA PAN	5 KCal. 729 H.C. 78 Lip. 35 P. 41 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS TORTILLA FRANCESA • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN
8 KCal. 703 H.C. 111 Lip. 20 P. 26 ARROZ CON TOMATE MERLUZA EN SALSA DE MANZANA FRUTA FRESCA PAN	9 KCal. 708 H.C. 79 Lip. 32 P. 31 GARBANZOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	10 KCal. 610 H.C. 71 Lip. 28 P. 24 PATATAS GUIADAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	11 KCal. 642 H.C. 67 Lip. 28 P. 31 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN	12 KCal. 592 H.C. 68 Lip. 18 P. 42 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS SALMON AL HORNO • VERDURITAS YOGUR NATURAL PAN
15 KCal. 708 H.C. 97 Lip. 24 P. 32 MACARRONES PRIMAVERA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	16 KCal. 449 H.C. 72 Lip. 6 P. 31 ALUBIAS BLANCAS GUIADAS DELICIAS DE PAVO CON ZANAHORIA GELATINA SIN AZUCAR PAN	17 KCal. 660 H.C. 98 Lip. 22 P. 25 PAELLA DE VERDURAS HUEVOS CON PISTO FRUTA FRESCA PAN	18 KCal. 541 H.C. 59 Lip. 24 P. 25 SOPA DE AVE CON FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN	19 KCal. 589 H.C. 64 Lip. 22 P. 37 PURE DE VERDURAS RAGOUT DE PAVO CON VERDURITAS YOGUR NATURAL PAN
22 KCal. 781 H.C. 112 Lip. 27 P. 29 LENTEJAS CON VERDURA HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	23 KCal. 546 H.C. 70 Lip. 21 P. 24 PATATAS GUIADAS MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	24 KCal. 655 H.C. 110 Lip. 14 P. 28 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO (DIETAS) FRUTA FRESCA PAN	25 KCal. 594 H.C. 65 Lip. 22 P. 36 JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	26 KCal. 594 H.C. 82 Lip. 13 P. 41 ESPAGUETIS CON TOMATE FILETE DE POLLO AL AJILLO • PIMIENTOS YOGUR NATURAL PAN
29 KCal. 533 H.C. 64 Lip. 20 P. 29 SOPA DE PESCADO HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN	30 KCal. 609 H.C. 88 Lip. 21 P. 20 PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES TORTILLA DE PATATA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN			

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>2 KCal. 736 H.C. 94 Lip. 27 P. 32</p> <p>ARROZ CON TOMATE CABALLA • PATATAS CHIPS GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN</p>	<p>3 KCal. 629 H.C. 83 Lip. 15 P. 43</p> <p>LENTEJAS CON VERDURA FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>4 KCal. 638 H.C. 72 Lip. 25 P. 32</p> <p>CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO FRESCA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>5 KCal. 729 H.C. 76 Lip. 35 P. 30</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN COCIDO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>
<p>8 KCal. 685 H.C. 109 Lip. 18 P. 24</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS MERLUZA EN SALSA DE MANZANA FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>9 KCal. 710 H.C. 77 Lip. 33 P. 28</p> <p>GARBANZOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>10 KCal. 716 H.C. 73 Lip. 36 P. 28</p> <p>PATATAS CON MAGRO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>11 KCal. 644 H.C. 65 Lip. 29 P. 28</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>12 KCal. 603 H.C. 73 Lip. 17 P. 39</p> <p>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS SALMON AL HORNO • VERDURITAS YOGUR PAN SIN GLUTEN</p>
<p>15 KCal. 719 H.C. 103 Lip. 23 P. 29</p> <p>MACARRONES SIN GLUTEN CON VERDURAS ABADEJO AL HORNO/PLANCHA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>16 KCal. 622 H.C. 62 Lip. 24 P. 40</p> <p>FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN</p>	<p>17 KCal. 663 H.C. 96 Lip. 23 P. 22</p> <p>PAELLA DE VERDURAS HUEVOS CON PISTO FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>18 KCal. 552 H.C. 67 Lip. 24 P. 18</p> <p>SOPA DE VERDURA JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>19 KCal. 687 H.C. 70 Lip. 30 P. 34</p> <p>PURE DE VERDURAS MAGRO ESTOFADO CON VERDURAS Y PATATAS YOGUR PAN SIN GLUTEN</p>
<p>22 KCal. 702 H.C. 85 Lip. 27 P. 34</p> <p>LENTEJAS CON VERDURA HUEVOS COCIDOS • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>23 KCal. 579 H.C. 66 Lip. 25 P. 24</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>24 KCal. 658 H.C. 108 Lip. 16 P. 25</p> <p>SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO (DIETAS) FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>25 KCal. 596 H.C. 63 Lip. 24 P. 34</p> <p>JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>26 KCal. 629 H.C. 94 Lip. 15 P. 31</p> <p>ESPAGUETIS CON TOMATE (SIN GLUTEN/HUEVO) LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS YOGUR PAN SIN GLUTEN</p>
<p>29 KCal. 564 H.C. 69 Lip. 23 P. 23</p> <p>SOPA DE ARROZ HAMBURGUESA DE TERNERA EN SALSA JARDINERA FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>	<p>30 KCal. 603 H.C. 89 Lip. 19 P. 20</p> <p>PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES TORTILLA DE PATATA CON CHORIZO • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN</p>			

Noviembre 2021

LAL00002: NO FRUTOS SECOS
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	2 KCal. 734 H.C. 96 Lip. 25 P. 35 ARROZ CON TOMATE CABALLA • PATATAS CHIPS GELATINA SIN AZUCAR PAN	3 KCal. 741 H.C. 87 Lip. 26 P. 45 LENTEJAS CON VERDURA PECHUGA DE POLLO REBOZADA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	4 KCal. 635 H.C. 74 Lip. 24 P. 35 CREMA DE CALABAZA CINTA DE LOMO FRESCA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	5 KCal. 727 H.C. 78 Lip. 33 P. 33 JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN COCIDO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN
8 KCal. 683 H.C. 111 Lip. 17 P. 27 ARROZ TRES DELICIAS MERLUZA EN SALSA DE MANZANA FRUTA FRESCA PAN	9 KCal. 708 H.C. 79 Lip. 32 P. 31 GARBANZOS CON FRITADA TORTILLA FRANCESA • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	10 KCal. 714 H.C. 75 Lip. 34 P. 31 PATATAS CON MAGRO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	11 KCal. 677 H.C. 75 Lip. 31 P. 25 MENESTRA DE VERDURAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA • PATATA PANADERA FRUTA FRESCA PAN	12 KCal. 601 H.C. 75 Lip. 16 P. 42 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS SALMON AL HORNO • VERDURITAS YOGUR PAN
15 KCal. 708 H.C. 97 Lip. 24 P. 32 MACARRONES PRIMAVERA ABADEJO A LA ROMANA • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN	16 KCal. 619 H.C. 64 Lip. 23 P. 42 FABADA ASTURIANA LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS GELATINA SIN AZUCAR PAN	17 KCal. 660 H.C. 98 Lip. 22 P. 25 PAELLA DE VERDURAS HUEVOS CON PISTO FRUTA FRESCA PAN	18 KCal. 541 H.C. 59 Lip. 24 P. 25 SOPA DE AVE CON FIDEOS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • GUARNICION CHAMPIÑON FRUTA FRESCA PAN	19 KCal. 684 H.C. 72 Lip. 29 P. 37 PURE DE VERDURAS MAGRO ESTOFADO CON VERDURAS Y PATATAS YOGUR PAN
22 KCal. 781 H.C. 112 Lip. 27 P. 29 LENTEJAS CON VERDURA HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN	23 KCal. 576 H.C. 68 Lip. 24 P. 27 PATATAS A LA RIOJANA MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE TOMATE FRUTA FRESCA PAN	24 KCal. 679 H.C. 94 Lip. 23 P. 31 SOPA DE COCIDO Y COCIDO COMPLETO FRUTA FRESCA PAN	25 KCal. 594 H.C. 65 Lip. 22 P. 36 JUDÍAS VERDES REHOGADAS RAGOUT DE TERNERA CON PATATAS FRUTA FRESCA PAN	26 KCal. 607 H.C. 88 Lip. 14 P. 37 ESPAGUETIS CON TOMATE LOMO DE CERDO FRESCO A LA PLANCHA • PIMIENTOS YOGUR PAN
29 KCal. 528 H.C. 68 Lip. 19 P. 23 SOPA DE PESCADO ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA DE VERDURAS FRUTA FRESCA PAN	30 KCal. 601 H.C. 91 Lip. 18 P. 23 PURE DE VERDURAS Y LEGUMBRES TORTILLA DE PATATA CON CHORIZO • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN			