



MENÚ

GUARDERIAS

MARZO

LUNES 06

Lentejas a la Jardinera

Tortilla de patata
Tomate con atún
Fruta

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 33 % Proteínas: 10%

MARTES 07

Arroz con carne
Pollo en Salsa
Ensalada Variada

Yogurt

Energía: 658 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 31 % Proteínas: 12%

MIÉRCOLES 08

Espirales a la carbonara
Albóndigas de Bacalao con tomate

Ensalada
Fruta

Energía: 664 Kcal Hid. Carb.: 58%
Lípidos: 30 % Proteínas: 12%

JUEVES 09

Sopa de Pescada

Filete Ruso en salsa

Patatas

Yogurt

Energía: 670 Kcal Hid. Carb.: 56%
Lípidos: 30 % Proteínas: 14%

VIERNES 10

Alubias Estofadas

Rulitos de Mero
Ensalada mixta
Fruta

Energía: 647 Kcal Hid. Carb.: 55%
Lípidos: 31 % Proteínas: 14%

LUNES 13

Sopa de Picadillo
Carne en salsa

Patatas al vapor
Fruta

Energía: 640 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 32 % Proteínas: 11%

MARTES 14

Espaguetis a la Aurora

Darnet de Merluza
Guisantes

Yogurt

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 30 % Proteínas: 13%

MIÉRCOLES 15

Cocido Andaluz

Tortilla Francesa
Ensalada de colores
Fruta

Energía: 646 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 30 % Proteínas: 13%

JUEVES 16

Crema de Patata

Hamburguesa

Ensalada Casera

Yogurt

Energía: 664 Kcal Hid. Carb.: 58%
Lípidos: 30 % Proteínas: 12%

VIERNES 17

Alubias Pinta

Rulito de Fogonero
Con Verduras
Fruta

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 33 % Proteínas: 10%





MENÚ

GUARDERIAS

MARZO

LUNES 20

Lentejas Estofadas 

Merluza  

Y patatas 

Fruta

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 30 % Proteínas: 13%

MARTES 21

Sopa de Albóndigas   

Salchichas con tomate 

Arroz

Yogurt 

Energía: 639 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 31 % Proteínas: 12%

MIÉRCOLES 22

Crema de Zanahoria 

Suprema de Lenguado 

Ensalada de Colores

Fruta

Energía: 670 Kcal Hid. Carb.: 56%
Lípidos: 30 % Proteínas: 14%

JUEVES 23

Potaje de Garbanzos 

Croquetas Caseras  

Salteado de Judías

Postre Especial 

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 30 % Proteínas: 13%

VIERNES 24

Lazos Boloñesa  

Tortilla Francesa 

Ensalada Variada

Fruta

Energía: 647 Kcal Hid. Carb.: 56%
Lípidos: 33 % Proteínas: 11%

LUNES 27

Alubias Pinta 

Pinchito de cerdo

Ensalada de Colores

Fruta

Energía: 664 Kcal Hid. Carb.: 58%
Lípidos: 30 % Proteínas: 12%

MARTES 28

Crema de Champiñón  

Hamburguesa de Atún  

Salteado de zanahorias

Yogurt 

Energía: 670 Kcal Hid. Carb.: 56%
Lípidos: 30 % Proteínas: 14%

MIÉRCOLES 29

Sopa Castellana  

Tortilla de Patatas 

Salteado de Montañés 

Fruta

Energía: 647 Kcal Hid. Carb.: 55%
Lípidos: 31 % Proteínas: 14%

JUEVES 30

Cocido Andaluz 

Medallón de cerdo   

Puré de Patatas 

Yogurt 

Energía: 658 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 31 % Proteínas: 12%

VIERNES 31

Tallarines a la boloñesa  

Palometa en salsa 

Ensalada casera  

Fruta

Energía: 660 Kcal Hid. Carb.: 57%
Lípidos: 33 % Proteínas: 10%

