



# MENÚ BASAL NIÑOS - NOVIEMBRE 2019

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				-DÍA 1- <b>FESTIVO</b>
-DÍA 4- Macarrones con salsa de tomate y atún Tortilla francesa con lechuga y maíz Fruta y pan	-DÍA 5- Crema de puerro y calabacín Pollo asado al limón con patata cuadro Lácteo y pan	-DÍA 6- Alubias blancas estofadas con chorizo Filete de merluza en salsa de tomate y pimiento Fruta y pan	-DÍA 7- Sopa de letras Hamburguesa de burger meat mixta con zanahoria baby Lácteo y pan	-DÍA 8- Arroz con tomate Figuritas de pescado con lechuga y remolacha Fruta y pan
Kcal:510 Prot:17 Lip:13 HC:82	Kcal:513 Prot:27 Lip:19 HC:56	Kcal:607 Prot:33 Lip:20 HC:66	Kcal:530 Prot:26 Lip:23 HC:55	Kcal:723 Prot:20 Lip:25 HC:106
-DÍA 11- Lentejas a la hortelana Salchichas de pavo en su jugo con patatas Fruta y pan	-DÍA 12- Patatas guisadas con magro Bacalao rebozado con lechuga y zanahoria Lácteo y pan	-DÍA 13- Arroz tres delicias Albóndigas de ternera en salsa con verduritas Fruta y pan	-DÍA 14- Crema parmentier Filete de merluza rebozado con lechuga y zanahoria Lácteo y pan	-DÍA 15- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan
Kcal:801 Prot:40 Lip:38 HC:67	Kcal:517 Prot:26 Lip:18 HC:62	Kcal:745 Prot:42 Lip:25 HC:85	Kcal:636 Prot:20 Lip:19 HC:111	Kcal:686 Prot:33 Lip:20 HC:87
-DÍA 18- Judías verdes rehogadas con patata Hamburguesa burger meat mixta con daditos de calabacín Fruta y pan	-DÍA 19- Alubias pintas con verduritas y arroz San Jacobo con tomate Lácteo y pan	-DÍA 20- Crema de puerro Filete de pollo empanado con lechuga y maíz Fruta y pan	-DÍA 21- Sopa de lluvia Cinta de lomo adobada en salsa de pimientos y cebollita Lácteo y pan	-DÍA 22- Lentejas estofadas con verduras Tortilla española con lechuga Fruta y pan
Kcal:589 Prot:26 Lip:32 HC:45	Kcal:706 Prot:36 Lip:21 HC:85	Kcal:555 Prot:22 Lip:14 HC:83	Kcal:617 Prot:34 Lip:29 HC:55	Kcal:644 Prot:25 Lip:21 HC:79
-DÍA 25- Paella valenciana Filete de bacalao rebozado con lechuga y remolacha Fruta y pan	-DÍA 26- Coliflor con queso Ragout de pavo sabor mediterráneo Lácteo y pan	-DÍA 27- Farfalle napolitana Varitas de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan	-DÍA 28- Patatas guisadas con verduras Pollo asado en su jugo con lechuga y zanahoria Lácteo y pan	-DÍA 29- Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan
Kcal:837 Prot:29 Lip:33 HC:105	Kcal:516 Prot:48 Lip:18 HC:39	Kcal:602 Prot:24 Lip:17 HC:87	Kcal:550 Prot:28 Lip:20 HC:62	Kcal:686 Prot:33 Lip:20 HC:87

Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, pueden informarse en la web [www.enasui.com](http://www.enasui.com) de las sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

