

# MENÚ BASAL NIÑOS - FEBRERO 2020

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
<b>Menú neurosaludable</b> 																			
<b>Producto ecológico</b> 																			
<b>-DÍA 3-</b> Judías verdes <b>ecológicas</b> con ajo y zanahoria Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patata cuadro Fruta y pan				<b>-DÍA 4-</b> Alubias pintas con arroz Palometa en salsa de tomate Fruta y pan				<b>-DÍA 5-</b> Crema parmentier Jamoncitos de pollo encebollados Fruta y pan				<b>-DÍA 6-</b> Sopa de cocido Cocido madrileño completo Yogur natural y pan				<b>-DÍA 7-</b> Macarrones blancos salteados con champiñones Filete de merluza al pil pil Fruta y pan			
Kcal:625	Prot:38	Lip:31	HC:46	Kcal:674	Prot:35	Lip:19	HC:82	Kcal:466	Prot:24	Lip:15	HC:57	Kcal:710	Prot:37	Lip:20	HC:88	Kcal:648	Prot:31	Lip:16	HC:91
<b>-DÍA 10-</b> Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de york con lechuga Fruta y pan				<b>-DÍA 11-</b> Arroz con tomate Ragout de ternera en salsa con patata cuadro Yogur líquido y pan				<b>-DÍA 12-</b> Brócoli rehogado con pimentón Rombos de merluza con lechuga y maíz Fruta y pan				<b>-DÍA 13-</b> Alubias blancas con chorizo Pollo asado en su jugo con pimientos Fruta y pan				<b>-DÍA 14-</b> Fideua de verduritas Filete de abadejo al caldo corto Fruta y pan			
Kcal:577	Prot:26	Lip:16	HC:77	Kcal:793	Prot:42	Lip:27	HC:95	Kcal:464	Prot:19	Lip:20	HC:50	Kcal:653	Prot:38	Lip:24	HC:62	Kcal:582	Prot:25	Lip:15	HC:84
<b>-DÍA 17-</b> Crema de calabaza Salchichas de pavo en su jugo con jardinera Yogur natural y pan				<b>-DÍA 18-</b> Patatas guisadas en salsa verde Varitas de merluza con lechuga y zanahoria Fruta y pan				<b>-DÍA 19-</b> Sopa de cocido Cocido madrileño completo Fruta y pan				<b>-DÍA 20-</b> Espirales napolitana Palometa al horno con verduritas Fruta y pan				<b>-DÍA 21-</b> Lentejas con verduras Tortilla española con lechuga y remolacha Fruta y pan			
Kcal:562	Prot:24	Lip:19	HC:71	Kcal:616	Prot:20	Lip:24	HC:78	Kcal:686	Prot:33	Lip:20	HC:87	Kcal:674	Prot:28	Lip:24	HC:85	Kcal:644	Prot:25	Lip:21	HC:79
<b>-DÍA 24-</b> Arroz tres delicias Filete de bacalao rebozado con lechuga y zanahoria Natillas de vainilla y pan				<b>-DÍA 25-</b> Crema de verduras Albóndigas de burger meat mixta en salsa de champiñones y guisantes Fruta y pan				<b>-DÍA 26-</b> Garbanzos con espinacas Tortilla francesa con lechuga y maíz Fruta y pan				<b>-DÍA 27-</b> Sopa de estrellas Pollo asado en su jugo con verduras Thai Fruta y pan				<b>-DÍA 28-</b> Judías pintas a la hortelana Filete de merluza a la gallega Fruta y pan			
Kcal:739	Prot:33	Lip:30	HC:83	Kcal:588	Prot:22	Lip:26	HC:63	Kcal:589	Prot:32	Lip:17	HC:70	Kcal:447	Prot:24	Lip:15	HC:53	Kcal:570	Prot:32	Lip:17	HC:64

Atendiendo al Reglamento (UE) n° 1169/2011, pueden informarse en la web [www.enasui.com](http://www.enasui.com) de las sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

