

MENÚ BASAL NIÑOS - MAYO 2022

LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
				-DÍA 3- Macarrones napolitana Filete de merluza rebozado con lechuga y maíz Yogur natural y pan				-DÍA 4- Sopa de lluvia Magro de cerdo con verduritas y patatas Fruta y pan				-DÍA 5- Arroz con tomate Pollo asado en salsa con patatas Yogur natural y pan				-DÍA 6- Judías blancas a la riojana Tortilla española guisada en salsa con lechuga Fruta y pan			
Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:
-DÍA 9- Patatas guisadas con verduras Albóndigas Burger meat mixta en salsa Fruta y pan				-DÍA 10- Coliflor rehogada con tomate y queso Filete de pollo al limón con lechuga y remolacha Yogur natural y pan				-DÍA 11- Garbanzos con verduras Tortilla francesa con lechuga Fruta y pan				-DÍA 12- Crema de calabacín Cinta de lomo fresca en salsa con daditos de calabaza Yogur natural y pan				-DÍA 13- Alubias pintas con arroz Figuritas de merluza con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan			
Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:
-DÍA 16- Brócoli gratinado Tortilla paisana con lechuga y zanahoria Fruta y pan				-DÍA 17- Lentejas con verduras Filete de merluza al estilo del chef Fruta y pan				-DÍA 18- Sopa de letras Ragout de ternera con patatas Yogur natural y pan				-DÍA 19- Judías blancas con chorizo San Jacobo con lechuga y maíz Fruta y pan				-DÍA 20- Coditos carbonara Croquetas y empanadillas Fruta y pan			
Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:
-DÍA 23- Crema de puerro Cinta de lomo adobada con champiñones Fruta y pan				-DÍA 24- Macarrones con tomate Filete de pollo empanado con lechuga Yogur natural y pan				-DÍA 25- Lentejas estofadas con chorizo Filete de merluza con tiras de pimiento Fruta y pan				-DÍA 26- Ensalada campera Tortilla francesa de espinacas con lechuga y remolacha Fruta y pan				-DÍA 27- Día del celiaco Arroz con tomate Ventresca de bacalao con cebollita y bolas de patata Yogur natural y pan sin gluten			
Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:
-DÍA 30- Judías verdes con jamón Salchichas de pavo a la jardinera con patatas Fruta y pan				-DÍA 31- Ensaladilla rusa Filete de bacalao rebozado con pisto de verduras Fruta y pan															
Kcal:	Prot:	Lip:	HC:	Kcal:	Prot:	Lip:	HC:												

Menú neurosaludable 

Producto ecológico 

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