

Menú Febrero 2018

Francisca Luque, Triturado iniciación sin huevo

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

29 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, ternera y lentejas - Calabacín ,tomate frito ,berenjena al horno gratinado - Yogurt . y agua 25.26 gr prot - 17.31 gr lip 53.39 gr HC - 456.50 Kcal 	30 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, merluza y arroz - Pinchitos de pollo al horno - Yogurt . y agua 32.56 gr prot - 15.89 gr lip 78.53 gr HC - 579.76 Kcal  	31 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro,apio, pavo y garbanzos - Filete de gallo al horno en salsa de cebolla - Yogurt . y agua 31.10 gr prot - 18.81 gr lip 50.52 gr HC - 489.58 Kcal  	1 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y judías blancas - Redondo de ternera - Yogurt . y agua 45.05 gr prot - 17.53 gr lip 66.77 gr HC - 590.75 Kcal  	2 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite, pollo y arroz. - Merluza al horno - Yogurt . y agua 21.25 gr prot - 18.02 gr lip 58.38 gr HC - 468.49 Kcal  
5 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Queso fresco - Yogurt . y agua 29.05 gr prot - 12.54 gr lip 78.72 gr HC - 525.20 Kcal  	6 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Merluza a la vizcaina al horno - Yogurt . y agua 34.57 gr prot - 16.40 gr lip 68.66 gr HC - 542.45 Kcal  	7 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Magro con tomate - Yogurt . y agua 27.97 gr prot - 14.70 gr lip 45.11 gr HC - 416.98 Kcal  	8 - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Boquerones fritos al limon - Yogurt . y agua 29.20 gr prot - 20.07 gr lip 44.75 gr HC - 464.08 Kcal  	9 - Triturado de patata, calabacín, calabaza,puerro, zanahoria con pollo - Pechuga de pollo asada - Yogurt . y agua 36.23 gr prot - 16.16 gr lip 32.32 gr HC - 410.60 Kcal 
12 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y judías blancas - Jamoncitos de pollo al horno - Yogurt . y agua 47.73 gr prot - 19.76 gr lip 65.37 gr HC - 614.28 Kcal  	13 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Rollito de jamon cocido - Yogurt . y agua 32.96 gr prot - 11.19 gr lip 68.11 gr HC - 487.05 Kcal  	14 - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Rosada frita - Yogurt . y agua 33.37 gr prot - 20.05 gr lip 49.32 gr HC - 495.77 Kcal  	15 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Pavo al horno - Yogurt . y agua 28.27 gr prot - 16.59 gr lip 44.88 gr HC - 434.22 Kcal  	16 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite, pollo y arroz. - Merluza al horno - Yogurt . y agua 21.25 gr prot - 18.02 gr lip 58.38 gr HC - 468.49 Kcal  
19 - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Merluza al horno con tomate - Yogurt . y agua 27.18 gr prot - 19.83 gr lip 41.76 gr HC - 443.20 Kcal  	20 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Habitas baby salteadas con jamón - Yogurt . y agua 30.63 gr prot - 18.60 gr lip 67.87 gr HC - 547.45 Kcal  	21 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Redondo de ternera - Yogurt . y agua 32.33 gr prot - 16.77 gr lip 44.21 gr HC - 450.35 Kcal  	22 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Pinchitos de pollo al horno - Yogurt . y agua 36.72 gr prot - 16.05 gr lip 79.17 gr HC - 598.16 Kcal  	23 - Triturado de patata, calabacín, calabaza,puerro, zanahoria con pollo - Boquerones fritos al limon - Yogurt . y agua 32.11 gr prot - 19.95 gr lip 36.31 gr HC - 443.23 Kcal  
26 - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Pollo al horno - Yogurt . y agua 37.54 gr prot - 17.11 gr lip 79.10 gr HC - 599.35 Kcal  	27 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Rosada al horno - Yogurt . y agua 39.16 gr prot - 18.69 gr lip 68.28 gr HC - 577.85 Kcal  	28 	1 - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Pez espada al horno - Yogurt . y agua 30.05 gr prot - 20.54 gr lip 40.77 gr HC - 456.47 Kcal  	2 - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite, pollo y arroz. - Cinta de lomo de cerdo al horno - Yogurt . y agua 22.10 gr prot - 12.68 gr lip 54.92 gr HC - 412.85 Kcal 

 F. Cáscara /
 Apio /
 Mostaza /
 Sésamo /
 SO2 /
 Moluscos /
 Altramuces /
 Gluten /
 Crustáceos /
 Huevos /
 Pescados /
 Cacahuets /
 Soja /
 Lácteos

Elaborado por:

Victoria Velasco Robles (Colegiada nº 1479)