




















Menú Marzo 2018

Francisca Luque, Triturados inicio sin cerdo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Croquetitas de pollo - Yogurt . y agua <p>28.15 gr prot - 18.93 gr lip 97.02 gr HC - 734.23 Kcal</p> 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Tortilla francesa simple. - Yogurt . y agua <p>28.47 gr prot - 11.50 gr lip 67.72 gr HC - 470.35 Kcal</p> 	<p>28</p>	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabaza, zanahoria, ternera y lentejas - Boquerones fritos al limon - Yogurt . y agua <p>29.20 gr prot - 20.07 gr lip 44.75 gr HC - 464.08 Kcal</p> 	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, aceite, pollo y arroz. - Tortilla francesa - Yogurt . y agua <p>22.21 gr prot - 16.24 gr lip 54.31 gr HC - 438.05 Kcal</p> 
<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y judías blancas - Pinchitos de pollo al horno - Yogurt . y agua <p>42.24 gr prot - 16.41 gr lip 66.37 gr HC - 575.76 Kcal</p> 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Redondo de ternera - Yogurt . y agua <p>42.24 gr prot - 19.12 gr lip 69.17 gr HC - 603.50 Kcal</p> 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, puerro, zanahoria con pollo - Merluza frita - Yogurt . y agua <p>31.58 gr prot - 20.63 gr lip 40.55 gr HC - 464.66 Kcal</p> 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Pavo al ajillo al horno - Yogurt . y agua <p>29.89 gr prot - 16.85 gr lip 51.97 gr HC - 469.77 Kcal</p> 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, ternera y lentejas - Lomo de atún al horno - Yogurt . y agua <p>40.28 gr prot - 18.28 gr lip 52.59 gr HC - 525.16 Kcal</p> 
<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Contramuslo de pollo al horno - Yogurt . y agua <p>36.44 gr prot - 12.04 gr lip 78.22 gr HC - 546.96 Kcal</p> 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Tortilla de patatas con cebolla al horno - Yogurt . y agua <p>30.76 gr prot - 23.99 gr lip 74.72 gr HC - 626.95 Kcal</p> 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, puerro, zanahoria con pollo - Boquerones fritos al limon - Yogurt . y agua <p>32.11 gr prot - 19.95 gr lip 36.31 gr HC - 443.23 Kcal</p> 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, ternera y lentejas - Merluza al horno con tomate - Yogurt . y agua <p>29.55 gr prot - 19.97 gr lip 47.68 gr HC - 476.30 Kcal</p> 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Redondo de ternera - Yogurt . y agua <p>32.33 gr prot - 16.77 gr lip 44.21 gr HC - 450.35 Kcal</p> 
<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, apio, nabo, pavo y garbanzos. - Rosada frita - Yogurt . y agua <p>40.09 gr prot - 19.80 gr lip 76.28 gr HC - 621.57 Kcal</p> 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra, rosada y arroz - Tortilla calabacín - Yogurt . y agua <p>30.86 gr prot - 16.47 gr lip 79.32 gr HC - 567.00 Kcal</p> 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, puerro, zanahoria con pollo - Redondo de ternera - Yogurt . y agua <p>38.43 gr prot - 19.25 gr lip 33.77 gr HC - 456.85 Kcal</p> 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, calabacín, calabaza, zanahoria, puerro, ternera y lentejas - Fritura de cazón - Yogurt . y agua <p>34.14 gr prot - 21.29 gr lip 54.86 gr HC - 532.55 Kcal</p> 	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Triturado de patata, zanahoria, cebolla, tomate, aceite de oliva virgen extra y merluza - Pollo a la plancha - Yogurt . y agua <p>28.00 gr prot - 17.56 gr lip 42.76 gr HC - 430.50 Kcal</p> 
<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>