

CENTRO DE CONVIVENCIA FEBRERO 2019

01

LENTEJAS CON PUERRO  
MERLUZA ROMANA CON ENSALADA  
(lechuga y zanahoria)  
FLAN DE VAINILLA Y PAN  
KCAL. 775,98 LIP.21,39  
PROT. 47,52 HC. 90,97

08

CREMA DE CHAMPIÑÓN  
ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON  
VERDURAS  
ARROZ CON LECHE Y PAN  
KCAL. 831,29 LIP.38,61  
PROT. 33,90 HC. 81,78

04

JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA  
TORTILLA DE PATATA CON  
CROQUETAS Y LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 783,27 LIP.34,26  
PROT. 28,34 HC. 81,57

05

FRITADA  
MERLUZA EN Salsa VERDE  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 534,80 LIP.19,18  
PROT. 32,74 HC. 52,55

06

GARBANZOS CON PUERRO Y  
ZANAHORIA  
PECHUGA DE POLLO EMPANADA  
CON ENSALADA(lechuga y maíz)  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 970,18 LIP.35,88  
PROT. 53,71 HC. 99,83

11

CREMA DE ZANAHORIA  
SAN JACOBO NATURAL CON  
LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 749,13 LIP.33,12  
PROT. 28,53 HC. 81,92

12

CARDO CON ALMENDRAS  
TORTILLA DE ATÚN CON  
EMPANADILLAS Y  
ENSALADA(lechuga y zanahoria)  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 784,26 LIP.41,89  
PROT. 36,05 HC. 63,24

13

SALTEADO DE VERDURAS  
CON PATATA  
CONTRAMUSLO DE POLLO  
EN PEPITORIA  
NATILLAS DE VAINILLA Y PAN  
KCAL. 835,39 LIP.31,64  
PROT. 52,41 HC. 80,06

14

COLIFLOR SALTEADA  
LOMO EN Salsa DE VERDURAS  
CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 609,80 LIP.21,13  
PROT. 40,23 HC. 59,38

15

18

MENESTRA CON PATATA  
JAMÓN VILLARROY CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 807,50 LIP.33,67  
PROT. 21,22 HC. 100,90

19

ACELGAS SALTEADAS CON BACON  
POLLO ASADO CON LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 780,36 LIP.37,38  
PROT. 50,18 HC. 51,78

20

SOPA DE AVE CON PASTA  
TORITLLA DE CALABACÍN CON  
CROQUETAS Y ENSALADA  
(lechuga y maíz) YOGURT Y PAN  
KCAL. 686,38 LIP.26,06  
PROT. 31,37 HC. 79,33

21

JUDÍAS BLANCAS  
CON VERDURAS  
SALCHICHAS FRESCAS CON  
TOMATE  
PROFITEROLES CHOCOLATE  
Y PAN  
KCAL. 1281,84 LIP.57,78  
PROT. 43,76 HC. 133,81

22

PATATAS GUIADAS  
CON VERDURA Y CHORIZO  
FILETE DE MERLUZA EN Salsa  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 879,42 LIP.32,52  
PROT. 41,40 HC. 99,36

25

JUDÍAS VERDES SALTEADAS  
HAMBURGUESA MIXTA EN Salsa  
CON GUIANTES Y ZANAHORIA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 660,64 LIP.19,89  
PROT. 25,31 HC. 67,95

26

POTAJE DE GARBANZOS  
LOMO A LA RIOJANA CON  
LECHUGA  
FRUTA FRESCA Y PAN  
KCAL. 878,02 LIP.27,62  
PROT. 50,59 HC. 96,94

27

ACELGAS SALTEADAS  
CON CEBOLLA  
FILETE DE MERLUZA ROMANA  
CON LECHUGA  
YOGURT Y PAN  
KCAL. 690,65 LIP.24,96  
PROT. 41,50 HC. 66,13

28

CREMA DE VERDURAS  
CONTRAMUSLO DE POLLO AL  
CHILINDRÓN  
NATILLAS DE CHOCOLATE Y PAN  
KCAL. 836,76 LIP.32,83  
PROT. 51,24 HC. 80,69