

MENÚS COMEDOR 2016 - 2017

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
ESPIRALES CON QUESO Y TOMATE ENSALADA Y YORK DE PAVO PAN INTEGRAL & FRUTA	ARROZ Y POLLO ENSALADA Y QUESITO PAN BLANCO & YOGUR	GUISO DE PESCADO PATATAS ENSALADA Y JAMON YORK PAN BLANCO & FRUTA	COCIDO MURCIANO ENSALADA Y QUESO PAN BLANCO & FRUTA	LENTILLAS ESTOFADAS TORTILLA Y ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO ENSALADA Y YORK DE PAVO PAN INTEGRAL & FRUTA	ARROZ CON POLLO ENSALADA Y QUESITO PAN BLANCO & YOGUR	PURE DE VERDURAS MUSLITOS DE POLLO&ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	GARBANZOS CON HIERBABUENA PALITOS DE MERLUZA&ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	LENTILLAS ESTOFADAS TORTILLA Y ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA
Kcal 762 prot 17% gluc 50% lip 32%	Kcal 775 prot 13% gluc 50% lip 35%	Kcal 740 prot 17% gluc 55% lip 28%	Kcal 739 prot 15% gluc 55% lip 30%	Kcal 867 prot 20% gluc 53% lip 27%	Kcal 787 prot 17% gluc 58% lip 25%	Kcal 865 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 705 prot 15% gluc 52% lip 32%	Kcal 805 prot 17% gluc 56% lip 28%	Kcal 879 prot 21% gluc 55% lip 28%
CREMA DE CALABACIN TORTILLA Y ENSALADA DE PASTA PAN BLANCO & FRUTA	ALUBIAS CON CHORIZO FILETES DE CABALLA&ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	MACARRONES BOLOÑESA ENSALADA Y QUESO FRESCO PAN INTEGRAL & FRUTA	GUISO DE POLLO CON PATATAS ENSALADA Y QUESO PAN BLANCO & FRUTA	LOMO ADOBADO Y ENSALADA PAN BLANCO & YOGUR	ARROZ A LA CUBANA SALCHICHAS Y ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	LAZOS CON CARNE Y TOMATE ENSALADA Y YORK PAN INTEGRAL & FRUTA	ARROZ DE MAGRA Y VERDURAS ENSALADA Y YORK PAN BLANCO & FRUTA	ASADO DE MERLUZA & ENSALADA PAN BLANCO & YOGUR	SOPA DE FIDEOS
Kcal 648 prot 15% gluc 60% lip 25%	Kcal 865 prot 19% gluc 55% lip 26%	Kcal 717 prot 17% gluc 55% lip 28%	Kcal 646 prot 16% gluc 48% lip 35%	Kcal 879 prot 21% gluc 55% lip 28%	Kcal 787 prot 17% gluc 58% lip 25%	Kcal 780 prot 16% gluc 59% lip 27%	Kcal 717 prot 13% gluc 49% lip 38%	Kcal 805 prot 17% gluc 56% lip 28%	Kcal 879 prot 21% gluc 55% lip 28%
ARROZ A LA CUBANA SALCHICHAS Y ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	LAZOS CON CARNE Y TOMATE ENSALADA Y YORK PAN INTEGRAL & FRUTA	GUISO DE TERNERA Y PATATAS ENSALADA Y QUESO PAN BLANCO & FRUTA	ALUBIAS CON CHORIZO TORTILLA Y ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	LOMO ADOBADO Y ENSALADA PAN BLANCO & YOGUR	ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO ENSALADA Y YORK DE PAVO PAN INTEGRAL & FRUTA	ARROZ CON POLLO ENSALADA Y QUESITO PAN BLANCO & YOGUR	MUSLITOS DE POLLO&ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	GARBANZOS CON HIERBABUENA PALITOS DE MERLUZA&ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	LENTILLAS ESTOFADAS TORTILLA Y ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA
Kcal 787 prot 13% gluc 47% lip 40%	Kcal 780 prot 16% gluc 59% lip 27%	Kcal 658 prot 16% gluc 49% lip 35%	Kcal 805 prot 17% gluc 56% lip 28%	Kcal 856 prot 17% gluc 51% lip 33%	Kcal 857 prot 17% gluc 58% lip 25%	Kcal 740 prot 13% gluc 49% lip 38%	Kcal 717 prot 13% gluc 49% lip 38%	Kcal 805 prot 17% gluc 56% lip 28%	Kcal 814 prot 17% gluc 51% lip 33%
MACARRONES ATUN&TOMATE ENSALADA Y YORK PAN INTEGRAL & FRUTA	GUISO DE POLLO CON PATATAS ENSALADA Y QUESO PAN BLANCO & FRUTA	ARROZ DE MAGRA Y VERDURAS ENSALADA Y YORK PAN BLANCO & FRUTA	LOMO ADOBADO Y ENSALADA PAN BLANCO & YOGUR	SOPA DE FIDEOS MERLUZA Y ENSALADA PAN BLANCO & YOGUR	LAZOS CON ATUN Y TOMATE ENSALADA Y QUESO FRESCO PAN INTEGRAL & FRUTA	ARROZ A LA CUBANA SALCHICHAS Y ENSALADA PAN BLANCO & FRUTA	ARROZ DE MAGRA Y VERDURAS ENSALADA Y YORK PAN BLANCO & FRUTA	LOMO ADOBADO Y ENSALADA PAN BLANCO & YOGUR	SOPA DE FIDEOS MERLUZA Y ENSALADA PAN BLANCO & YOGUR
Kcal 675 prot 15% gluc 61% lip 25%	Kcal 763 prot 17% gluc 49% lip 34%	Kcal 705 prot 15% gluc 52% lip 32%	Kcal 849 prot 20% gluc 54% lip 27%	Kcal 781 prot 22% gluc 47% lip 32%	Kcal 707 prot 17% gluc 58% lip 25%	Kcal 787 prot 13% gluc 49% lip 38%	Kcal 717 prot 13% gluc 49% lip 38%	Kcal 849 prot 20% gluc 54% lip 27%	Kcal 781 prot 22% gluc 47% lip 32%
SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE	ENERO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE	ENERO
L M X J Y	L M X J Y	L M X J Y	L M X J Y	L M X J Y	L M X J Y	L M X J Y	L M X J Y	L M X J Y	L M X J Y
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

SERVICIO OFRECIDO POR RESTAURANTE CASI ORENES PARA CEP LA SANTA CRUZ