

MENÚ BASAL MARZO 2020

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
NO LECTIVO	<p>3 LACITOS A LA ALEMANA CON SALCHICHAS FRANKFURT CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA DE LECHUGA MELOCOTÓN EN ALMÍBAR Y PAN BOWS TO GERMAN SAUSAGES WITH FRANKFURT SQUID TO THE ROMAN WITH LETTUCE SALAD PEACH IN SYRUP AND BREAD KCAL: 939 LIP: 37,3% PROT: 16,2% HC: 46,5%</p>	<p>4 POTAJE CASTELLANO (<i>garbanzos, espinacas, bacalao y huevo cocido</i>) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRITO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN CASTILIAN STEW (<i>chickpeas, spinach, codfish and boiled egg</i>) POTATOES OMELETTE WITH TOMATO SAUCE SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 800 LIP: 33,3% PROT: 16,5% HC: 50,2%</p>	<p>5 ARROZ TRES DELICIAS ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA CON CHAMPIÑÓN Y ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN RICE THREE DELICIES BEEF MERAT BALLS WITH PEAS AND LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 871 LIP: 35% PROT: 18,8% HC: 46,2%</p>	<p>6 JUDÍAS VERDES REHOGADAS PESCADILLA CON PATATAS ASADAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN GREEN BEANS SAUTE WHITING WITH ROASTED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD KCAL: 775 LIP: 31,2% PROT: 17,8% HC: 51%</p>
<p>9 LENTEJAS CASTELLANAS CON CHORIZO FILETES RUSOS EN SALSA DE TOMATE YOGUR AL GUSTO Y PAN CASTILIAN LENTILS WITH CHORIZO RUSSIAN FILLETS IN TOMATO SAUCE YOGURT TO TASTE AND BREAD KCAL: 895 LIP: 33,2% PROT: 16,8% HC: 50%</p>	<p>10 ARROZ A LA CATALANA (<i>arroz con pollo y verduras</i>) MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN CATALAN RICE (<i>rice with chicken and vegetables</i>) HAKE WITH LETTUCE AND CORN SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 890 LIP: 30,7% PROT: 14,8% HC: 54,5%</p>	<p>11 SPAGUETTIS A LA CARBONARA TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN CARBONARA SPAGUETTI POTATOES OMELETTE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 860 LIP: 33,2% PROT: 16,8% HC: 50%</p>	<p>12 CREMA VICHY (<i>puerro</i>) POLLO EN PEPITORIA CON PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN VICHY CREAM (<i>leeks</i>) CHICKEN FRICASSEE WITH FRIED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 665 LIP: 31,5% PROT: 13,7% HC: 54,8%</p>	<p>13 JUDÍAS BLANCAS CON ALMEJAS BACALAO A LA VIZCAÍNA CON SALSA DE TOMATE FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN WHITE BEANS WITH CLAMS VIZCAINA COD WITH TOMATO SAUCE SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD KCAL: 825 LIP: 22,6% PROT: 18,9% HC: 58,5%</p>
<p>16 TALLARINES INTEGRALES A LA BOLOGNESE TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN YORK Y QUESO Y ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO GELATINA DE SABORES Y PAN INTEGRAL NOODLES TO THE BOLOGNESE OMELETTE WITH HAM, CHEESE AND LETTUCE AND CUCUMBER SALAD JELLY AND BREAD KCAL: 714 LIP: 29,9% PROT: 13% HC: 57,1%</p>	<p>17 PAELLA MIXTA PESCADILLA EN SALSA VERDE FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN MIXED PAELLA WHITING IN GREEN SAUCE SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 729 LIP: 28,9% PROT: 18,9% HC: 52,2%</p>	<p>18 CREMA DE VERDURAS FRESCAS FILETE DE CONTRAMUSLO CON PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN FRESH VEGETABLE CREAM THIGH FILLRT WITH FRIED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 780 LIP: 26,4% PROT: 19,9% HC: 53,7%</p>	<p>19 COCIDO MADRILEÑO COMPLETO FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STEW COOKED SOUP STEW of chickpeas, potatoes, cabbage, bacon, chorizo and beef SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 821 LIP: 31,4% PROT: 14,5% HC: 54,1%</p>	<p>20 PATATAS GUIADAS A LA MARINERA MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN STEWED POTATOES SEFOOD HAKE WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD KCAL: 716 LIP: 32,9% PROT: 15,1% HC: 52%</p>
<p>23 MACARRONES A LA ITALIANA CON CHORIZO Y TOMATE FRITO SAN JACOBO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS YOGUR AL GUSTO Y PAN ITALIAN MACARONI WITH CHORIZO AND TOMATO SAUCE ST. JACOB WITH LETTUCE AND OLIVES SALAD YOGURT TO TASTE AND BREAD KCAL: 839 LIP: 38,1% PROT: 12,9% HC: 48,7%</p>	<p>24 CREMA PARMENTIER (<i>calabacín</i>) RAGOUT DE TERNERA CON ZANAHORIA Y PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN PARMENTIER CREAM (<i>zucchini</i>) VEAL RAGOUT WITH CARROT AND FRIED POTATOES SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 692 LIP: 37,3% PROT: 15,6% HC: 47,1%</p>	<p>25 SOPA DE ESTRELLAS CON MENUDILLOS ALBÓNDIGAS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STAR SOUP WITH GIBLETS HAKE MEATBALLS WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 804 LIP: 35,5% PROT: 19,7% HC: 47,7%</p>	<p>26 LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS TORTILLA DE CALABACÍN CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN ECOLOGICAL LENTILS STEWED ZUCCHINI OMELET WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 836 LIP: 33,7% PROT: 17,4% HC: 48,9%</p>	<p>27 ARROZ A LA CUBANA RAPE EN SALSA DE MEJILLONES FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR, LECHE Y PAN RICE WITH TOMATO SAUCE SNUFF SAUCE WITH MUSSELS SEASONAL FRUIT CHOICE, MILK AND BREAD KCAL: 834 LIP: 29,4% PROT: 26,5% HC: 44,1%</p>
<p>30 ESPIRALES VEGETALES AL HORNO CON CHORIZO, TOMATE Y QUESO RALLADO REDONDO DE LOMO EN SU JUGO CON PATATAS ASADAS GELATINA Y PAN BAKED VEGETABLE SPIRALS WITH TOMATO SAUCE AND GRATED CHEESE ROUND LOIN IN ITS JUICE WITH ROASTED POTATOES JELLY AND BREAD KCAL: 896 LIP: 29,7% PROT: 19,7% HC: 50,6%</p>	<p>31 PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS ADOBADAS HAMBURGUESA DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO A ELEGIR Y PAN STEWED POTATOES WITH MARINATED RIBS CHICKEN BURGUER WITH LETTUCE SALAD SEASONAL FRUIT CHOICE AND BREAD KCAL: 768 LIP: 25% PROT: 13,5% HC: 61,5%</p>	 <p>UTILIZAMOS PRODUCTOS INTEGRALES</p>	 <p>MENÚ GASTRONÓMICO. DÍA 19 DE MARZO. MADRID</p>	 <p>ECO producto ecológico</p> <p>UTILIZAMOS PRODUCTOS ECOLÓGICOS</p>