

*Celebramos
 el Día de la
 Comunidad de
 Castilla y León*

23 DE ABRIL

Sopa Castellana



HOSTESER

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

KC: Energía (Kcal)
 PR: Proteínas (g)
 LI: Lípidos (g)
 HC: Hidratos de carbono (g)
 CA: Calcio (mg)
 FE: Hierro (mg)

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>01</p> <p>VACACIONES</p>	<p>02</p> <p>Arroz con tomate Crema de calabacín Huevos fritos con patatas Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4</p>	<p>03</p> <p>Patatas con magro Coliflor rehogada Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:748 PR:34 LI:24 HC:51 CA:89 FE:6</p>	<p>04</p> <p>Sopa de cocido (pasta sin gluten) Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino) Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:614 PR:52 LI:12 HC:74 CA:179 FE:10</p>	<p>05</p> <p>Puré de zanahoria Guisantes con jamón Lomo ibérico a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:655 PR:26 LI:13 HC:49 CA:106 FE:4</p>
<p>08</p> <p>Pasta sin gluten Crema de puerros Lacón a la gallega Fruta - Lácteo</p> <p>KC:779 PR:39 LI:44 HC:58 CA:130 FE:6</p>	<p>09</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Panache de verduras Filete de ternera a la plancha con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:648 PR:38 LI:19 HC:56 CA:114 FE:8</p>	<p>10</p> <p>Crema hortelana Pisto manchego Tortilla de patatas con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:717 PR:23 LI:22 HC:60 CA:253 FE:8</p>	<p>11</p> <p>Arroz abunda Sopa Juliana Merluza en salsa verde con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:667 PR:37 LI:17 HC:69 CA:130 FE:4</p>	<p>12</p> <p>Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino) Alcachofas con jamón Filete de pollo a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:627 PR:38 LI:19 HC:51 CA:164 FE:6</p>
<p>15</p> <p>Arroz con tomate Crema de champiñón Huevos fritos con patatas Fruta - Lácteo</p> <p>KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4</p>	<p>16</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Acelgas rehogadas Limanda a la plancha con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:621 PR:35 LI:18 HC:56 CA:129 FE:7</p>	<p>17</p> <p>Patatas con costillas Brócolis rehogados Hamburguesa a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:820 PR:47 LI:50 HC:63 CA:122 FE:7</p>	<p>18</p> <p>Sopa de cocido (pasta sin gluten) Cocido madrileño (sin chorizo, morcilla, tocino) Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:614 PR:52 LI:12 HC:74 CA:179 FE:10</p>	<p>19</p> <p>Puré de calabaza Judías verdes rehogadas Croquetas (sin gluten) Fruta - Lácteo</p> <p>KC:663 PR:20 LI:27 HC:64 CA:221 FE:4</p>
<p>22</p> <p>Pasta sin gluten Crema de espárragos Lomo asado con verduras y con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:711 PR:29 LI:17 HC:63 CA:291 FE:10</p>	<p>23</p> <p>Crema de verduras Jamoncitos de pollo con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:678 PR:28 LI:14 HC:63 CA:198 FE:7</p>	<p>24</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Menestra de verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:735 PR:36 LI:33 HC:76 CA:178 FE:10</p>	<p>25</p> <p>Arroz abunda Espinacas a la crema Tilapia al horno en salsa con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:679 PR:26 LI:28 HC:46 CA:61 FE:2</p>	<p>26</p> <p>Ensalada rosse Filete de pollo a la plancha con ensalada Fruta - Lácteo</p> <p>KC:691 PR:51 LI:25 HC:18 CA:111 FE:4</p>
<p>29</p> <p>Arroz con tomate Crema hortelana Huevos fritos con patatas Fruta - Lácteo</p> <p>KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4</p>	<p>30</p> <p>Judías blancas estofadas (sin chorizo, morcilla, tocino) Panache de verduras Jamón asado en su jugo con ensalada Fruta (a elegir entre dos)</p> <p>KC:703 PR:31 LI:24 HC:67 CA:201 FE:7</p>	<p>01</p>	<p>02</p>	<p>03</p>