

¡DÍA INTERNACIONAL DEL HOT DOG!

24 de abril



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
30	31	01 VACACIONES	02 VACACIONES	03 VACACIONES
06 VACACIONES	07 Bocadillo recreo Arroz integral con tomate Crema de calabacín Huevos fritos Patatas Fritas Fruta KC:667 PR:20 LI:35 HC:71 CA:86 FE:4	08 Bocadillo recreo Judías blancas estofadas Coliflor rehogada Jamoncitos de pollo Ensalada de lechuga y tomate Fruta KC:746 PR:36 LI:20 HC:71 CA:160 FE:7	09 Bocadillo recreo Fideuá Sopa Juliana Salmón al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta KC:741 PR:59 LI:28 HC:63 CA:249 FE:18	10 Bocadillo recreo Puré de zanahoria Guisantes con jamón Lasaña a la boloñesa Yogur KC:774 PR:48 LI:28 HC:98 CA:601 FE:7
13 Bocadillo recreo Macarrones integrales boloñesa Crema de puerros Lomo asado con verduras Ensalada de lechuga Fruta KC:752 PR:37 LI:24 HC:74 CA:298 FE:11	14 Bocadillo recreo Lentejas estofadas con verduras Alcachofas con jamón Tortilla francesa Ensalada de tomate y aceituna Fruta KC:719 PR:26 LI:22 HC:55 CA:125 FE:7	15 Bocadillo recreo Paella Menestra de verduras Limanda a la romana Ensalada de lechuga y maiz Fruta KC:738 PR:58 LI:27 HC:68 CA:238 FE:17	16 Bocadillo recreo Sopa de cocido Repollo rehogado Cocido madrileño completo Fruta KC:770 PR:58 LI:26 HC:75 CA:184 FE:11	17 Bocadillo recreo Puré de calabaza Pisto manchego Ragout de pavo con verduritas Patatas panaderas Yogur KC:674 PR:28 LI:13 HC:53 CA:101 FE:4
20 Bocadillo recreo Arroz integral con tomate Crema de espárragos Albóndigas en salsa Ensalada de tomate y maiz Fruta KC:762 PR:20 LI:23 HC:75 CA:88 FE:4	21 Bocadillo recreo Ensalada de alubias Acelgas rehogadas Tortilla de patatas Ensalada de lechuga Fruta KC:778 PR:40 LI:37 HC:49 CA:186 FE:7	22 Bocadillo recreo Crema de verduras (*) Judías verdes rehogadas Filete de pollo empanado Dados de zanahoria (*) Fruta KC:706 PR:26 LI:13 HC:50 CA:210 FE:7	23 Bocadillo recreo Fideuá Espinacas a la crema Merluza en salsa verde Ensalada de lechuga y tomate Fruta KC:756 PR:66 LI:26 HC:78 CA:314 FE:19	24 Bocadillo recreo Gazpacho Crema hortelana Hot Dog Patatas Fritas Yogur KC:643 PR:33 LI:22 HC:72 CA:135 FE:6
27 Bocadillo recreo Espaguetis integrales con tomate Crema de champiñón Lacón asado a la gallega con patatas Fruta KC:786 PR:40 LI:44 HC:59 CA:139 FE:6	28 Bocadillo recreo Lentejas estofadas con verduras (*) Panache de verduras Croquetas de jamón y empanadillas de atún Fruta KC:706 PR:29 LI:33 HC:76 CA:242 FE:7	29 Bocadillo recreo Arroz con verduras Sopa Juliana Bacalao al horno Fruta KC:736 PR:59 LI:27 HC:68 CA:230 FE:16	30 Bocadillo recreo Sopa de cocido Repollo rehogado Cocido madrileño completo Yogur KC:770 PR:58 LI:26 HC:75 CA:184 FE:11	01