

ABRIL 2022

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

dia 1

Arroz rehogado al ajillo
Salmón a la plancha con ensalada
Alérgeno: pescado
Fruta

Kcal. 449 Prot. 16 Lip 20 H.C. 52



Lentejas ecológicas guisadas con puerro y zanahoria

Alérgeno: gluten

Fogonero a la plancha con ensalada

Alérgeno: pescado

Fruta

Kcal. 475 Prot. 33 Lip 9 H.C. 66

dia 4

Crema de lombarda y patata
Alérgeno: apio
Lomo fresco plancha con champiñón
Fruta

Kcal. 454 Prot. 16 Lip 32 H.C. 24

dia 5

Sopa de cocido con fideos
Alérgeno: gluten, huevo
Garbanzos con verduras y carne
Fruta

Kcal. 408 Prot. 19 Lip 9 H.C. 62

dia 6

Brócoli rehogado
Filete de pavo con ensalada
Yogur desnatado (lácteos y derivados)

Kcal. 474 Prot. 31 Lip 31 H.C. 18

dia 7

VACACIONES SEMANA SANTA

Kcal. 475 Prot. 33 Lip 9 H.C. 66

dia 8

VACACIONES SEMANA SANTA

dia 11

VACACIONES SEMANA SANTA

dia 12

VACACIONES SEMANA SANTA

dia 13

VACACIONES SEMANA SANTA

dia 14

VACACIONES SEMANA SANTA

dia 15

VACACIONES SEMANA SANTA

dia 18

Espaguetis integrales al ajillo
Alérgeno: gluten, huevo
Lacón al horno con ensalada
Fruta

Kcal. 458 Prot. 22 Lip 10 H.C. 70

dia 19

Puré de verduras frescas
Filete de pavo con ensalada
Fruta ecológica

Kcal. 488 Prot. 26 Lip 18 H.C. 54

dia 20

Sopa de cocido con fideos
Alérgeno: gluten, huevo
Garbanzos con verduras y carne
Yogur desnatado (lácteos y derivados)

Kcal. 408 Prot. 19 Lip 9 H.C. 62

dia 21

Guiso de fideos con verduras
Alérgeno: gluten, huevo
Caballa con ensalada de lechuga, maíz y manzana
Alérgeno: pescado, moluscos, crustáceos
Fruta de temporada

dia 22

Kcal. 469 Prot. 30 Lip 12 H.C. 60

Lentejas ecológicas con verduras

Alérgeno: gluten

Merluza a la plancha con ensalada, lechuga

y tomate

Alérgeno: pescado

Fruta

dia 25

Crema de champiñón
Lomo fresco plancha con ensalada, lechuga, naranja y maíz
Yogur desnatado (lácteos y derivados)

Kcal. 430 Prot. 23 Lip 18 H.C. 44

dia 26

Sopa de verduras
Alérgeno: gluten, huevo
Jamoncitos de pollo campero asados con ensalada
Fruta

Kcal. 488 Prot. 26 Lip 18 H.C. 54

dia 27

Judías blancas ecológicas con verduras
Bacalao al horno con ensalada de tomate natural
Alérgeno: pescado
Fruta

Kcal. 476 Prot. 25 Lip 13 H.C. 65

dia 28

Paella de verduras
Tortilla francesa con ensalada, lechuga, tomate y QUINOA
Alérgeno: huevo
Fruta de temporada

dia 29

Kcal. 476 Prot. 20 Lip 18 H.C. 59

Kcal. 475 Prot. 33 Lip 9 H.C. 66

Leche opcional diariamente

Descárgate nuestra nueva APP Parga y López (PARA iOS y ANDROID)