



## Noviembre 2024

LBASAL: BASAL  
INFANTIL / COMIDA / MENÚ DOBLE OPCIÓN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>4</b> KCal. 708 H.C. 92 Lip. 28 P. 27</p> <p>MACARRONES AL POMODORO MACARRONES SALTEADOS CON HIERBAS PROVENZALES</p> <p>TORTILLA FRANCESA MIXTA (JAMON Y QUESO) • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>5</b> KCal. 556 H.C. 52 Lip. 23 P. 38</p> <p>COLIFLOR GRATINADA PURE DE COLIFLOR</p> <p>LOMO DE CERDO EN SALSA DE VERDURAS • CHAMPIÑÓN SALTEADO • LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>6</b> KCal. 579 H.C. 72 Lip. 21 P. 29</p> <p>ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA CREMA DE ALUBIAS</p> <p>LUBINA AL HORNO • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>7</b> KCal. 525 H.C. 65 Lip. 22 P. 20</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA HERVIDO VALENCIANO</p> <p>ESCALOPE DE POLLO • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>8</b> KCal. 1064 H.C. 170 Lip. 25 P. 49</p> <p>LENTEJAS CON ARROZ CREMA DE LENTEJAS</p> <p>SALMON A LA NARANJA • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p><b>11</b> KCal. 682 H.C. 103 Lip. 20 P. 27</p> <p>ARROZ TRES DELICIAS ARROZ BLANCO SALTEADO</p> <p>ALBONDIGAS DE PESCADO EN SALSA DE VERDURAS • DADITOS DE CALABACIN SALTEADO • LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>12</b> KCal. 740 H.C. 87 Lip. 31 P. 32</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS</p> <p>COCIDO COMPLETO • ENSALADA DE TOMATE</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>13</b> KCal. 383 H.C. 45 Lip. 16 P. 17</p> <p>BROCOLI CON QUESO</p> <p>POLLO ASADO A LAS FINAS HIERBAS • BONIATO ASADO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>14</b> KCal. 702 H.C. 84 Lip. 31 P. 27</p> <p>GUISANTES SALTEADOS CON JAMON PURE DE GUISANTES</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>15</b> KCal. 747 H.C. 90 Lip. 31 P. 30</p> <p>MACARRONES CON TOMATE Y ORÉGANO MACARRONES AL AJILLO</p> <p>MERLUZA A LA ANDALUZA • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p><b>18</b> KCal. 575 H.C. 102 Lip. 10 P. 24</p> <p>JUDIAS VERDES A LA GALLEGA</p> <p>MACARRONES CON BOLOÑESA DE SOJA TEXTURIZADA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>19</b> KCal. 469 H.C. 53 Lip. 19 P. 22</p> <p>GARBANZOS CON FRITTATA PURE DE GARBANZOS</p> <p>DORADA AL AJILLO • PATATAS AL HORNO • LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>20</b> KCal. 558 H.C. 59 Lip. 21 P. 35</p> <p>SOPA DE PICADILLO ENSALADA COMPLETA</p> <p>FILETE DE TERNERA EN SALSA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>21</b> KCal. 683 H.C. 93 Lip. 25 P. 25</p> <p>ARROZ CON TOMATE ARROZ BLANCO AL AJILLO</p> <p>POLLO A LA CAZADORA • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>22</b> KCal. 574 H.C. 74 Lip. 18 P. 34</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CREMA DE ALUBIAS</p> <p>BACALAO AL HORNO • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p><b>25</b> KCal. 682 H.C. 96 Lip. 24 P. 25</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS CREMA DE LENTEJAS</p> <p>HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>26</b> KCal. 491 H.C. 48 Lip. 21 P. 30</p> <p>HERVIDO VALENCIANO PURE DE JUDIAS VERDES</p> <p>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>27</b> KCal. 706 H.C. 83 Lip. 29 P. 32</p> <p>PASTA AL PESTO DE BROCOLI PASTA SALTEADA</p> <p>SALMON CON SALSA DE SOJA Y LIMÓN • PIMIENTOS ROJOS ASADOS • LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p><b>28</b> KCal. 740 H.C. 87 Lip. 31 P. 32</p> <p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COCIDO COMPLETO • ENSALADA DE TOMATE</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p><b>29</b> KCal. 553 H.C. 70 Lip. 22 P. 23</p> <p>CREMA DE VERDURAS (CALABACIN, PATATA Y ZANAHORIA) MENESTRA DE VERDURA SALTEADA</p> <p>MERLUZA EN SALSA VERDE • CALABAZA SALTEADA • ENSALADA CON REMOLACHA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>

(\*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal. Siempre habrá opción de fruta como alternativa al postre. Hasta 3 primaria los yogures que se daran seran natural sin azucar