



Marzo 2025

LBASAL: BASAL
INFANTIL / COMIDA / MENÚ DOBLE OPCIÓN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	<p>4 KCal. 765 H.C. 90 Lip. 32 P. 33</p> <p>MACARRONES A LA BOLOÑESA MACARRONES AL AJILLO</p> <p>REVUELTO DE JAMÓN Y QUESO • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR FRUTA DE TEMPORADA</p> <p>PAN</p>	<p>5 KCal. 579 H.C. 72 Lip. 21 P. 29</p> <p>ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA CREMA DE ALUBIAS</p> <p>LUBINA A LA PLANCHA • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>6 KCal. 524 H.C. 54 Lip. 20 P. 34</p> <p>COLIFLOR GRATINADA PURE DE COLIFLOR</p> <p>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA • PATATAS FRITAS • LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>7 KCal. 521 H.C. 52 Lip. 22 P. 30</p> <p>GARBANZOS CON FRITADA CREMA DE GARBANZOS</p> <p>SALMON A LA NARANJA • ENSALADA VERDE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p>10 KCal. 718 H.C. 88 Lip. 30 P. 30</p> <p>LENTEJAS ESTOFADAS PURE DE LENTEJAS</p> <p>HUEVOS A LA TURCA • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>11 KCal. 607 H.C. 88 Lip. 21 P. 22</p> <p>ARROZ CON TOMATE ARROZ BLANCO SALTEADO</p> <p>DORADA AL AJILLO • ENSALADA VERDE</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>12 KCal. 628 H.C. 65 Lip. 25 P. 39</p> <p>MENESTRA DE VERDURAS CON TAQUITOS DE JAMÓN CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>ESTOFADO DE PAVO • PATATAS AL HORNO • LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>13 KCal. 702 H.C. 85 Lip. 28 P. 31</p> <p>SOPA DE COCIDO CON FIDEOS</p> <p>COCIDO COMPLETO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>14 KCal. 544 H.C. 55 Lip. 26 P. 26</p> <p>CREMA DE ESPINACAS ESPINACAS SALTEADAS</p> <p>MERLUZA REBOZADA • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p>17 KCal. 699 H.C. 71 Lip. 36 P. 27</p> <p>PATATAS A LA RIOJANA GUIZO DE PATATAS CON VERDURAS</p> <p>HAMBURGUESA A LA PLANCHA • SALSA DE TOMATE CASERA ENSALADA CON REMOLACHA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>18 KCal. 757 H.C. 96 Lip. 31 P. 28</p> <p>ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS PURE DE ALUBIAS PINTAS</p> <p>TORTILLA ESPAÑOLA • ENSALADA DEL TIEMPO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>19 KCal. 722 H.C. 88 Lip. 30 P. 29</p> <p>MACARRONES CARBONARA PASTA SALTEADA A LAS HIERBAS</p> <p>BACALAO CON TOMATE • PIMIENTOS ROJOS ASADOS • LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>20 KCal. 441 H.C. 49 Lip. 19 P. 21</p> <p>JUDIAS VERDES A LA GALLEGA PURE DE JUDIAS VERDES</p> <p>POLLO AL CHILINDRON • ENSALADA VERDE</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>21 KCal. 573 H.C. 83 Lip. 16 P. 30</p> <p>LENTEJAS CON BONIATO CREMA DE LENTEJAS</p> <p>DORADA AL HORNO • ENSALADA DE COLORES</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p>24 KCal. 665 H.C. 91 Lip. 25 P. 24</p> <p>CODITOS GRATINADOS CODITOS SALTEADOS</p> <p>TORTILLA FRANCESA CON PAVO • TOMATE ALIÑADO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>25 KCal. 575 H.C. 67 Lip. 24 P. 25</p> <p>CREMA DE CALABAZA PISTO DE VERDURAS</p> <p>LUBINA EN SALSA VERDE • ENSALADA DE COLORES</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>26 KCal. 520 H.C. 46 Lip. 24 P. 33</p> <p>BROCOLI REHOGADO CON PATATA PURÉ DE BROCOLI</p> <p>LOMO DE CERDO EN SALSA DE VERDURAS • CHAMPIÑON • LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN INTEGRAL</p>	<p>27 KCal. 702 H.C. 85 Lip. 28 P. 31</p> <p>SOPA DE COCIDO</p> <p>COCIDO COMPLETO</p> <p>YOGUR FRUTA</p> <p>PAN</p>	<p>28 KCal. 705 H.C. 88 Lip. 25 P. 38</p> <p>GUISANTES SALTEADOS CON CEBOLLITA CREMA DE GUISANTES</p> <p>SALMON CON SALSA DE SOJA Y LIMÓN • ARROZ BLANCO • LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN</p>
<p>31 KCal. 832 H.C. 112 Lip. 31 P. 28</p> <p>JUDÍAS VERDES SALTEADAS PURE DE JUDÍAS VERDES</p> <p>LASAÑA DE ATÚN • ENSALADA DEL TIEMPO</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