



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

ARROZ CON TOMATE HUEVOS EN SALSA CON CHAMPIÑÓN MELOCOTÓN EN ALMÍBAR PAN				JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				SOPA DE PESCADO ALBÓNDIGAS EN SALSA CON PATATAS DADO FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				PURÉ DE VERDURAS FRESCAS FILETE DE POLLO EMPANADO CON ENSALADA MIXTA HELADO PAN				ENSALADA DE PASTA CAZÓN EN SALSA DE TOMATE FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN			
CALORIAS	864 kcal	PROTEINA	26 g	CALORIAS	1120 kcal	PROTEINA	59 g	CALORIAS	1139 kcal	PROTEINA	46 g	CALORIAS	933 kcal	PROTEINA	50 g	CALORIAS	1049 kcal	PROTEINA	51 g
GRASAS	34 g	HIDRATOS	114 g	GRASAS	57 g	HIDRATOS	93 g	GRASAS	65 g	HIDRATOS	92 g	GRASAS	45 g	HIDRATOS	81 g	GRASAS	42 g	HIDRATOS	105 g
CALCIO	111 mg	HIERRO	7,5 mg	CALCIO	457 mg	HIERRO	9,7 mg	CALCIO	395 mg	HIERRO	12,9 mg	CALCIO	289 mg	HIERRO	5,3 mg	CALCIO	356 mg	HIERRO	4,6 mg
CANELONES GRATINADOS FILETE DE GALLO CON ENSALADA VARIADA YOGUR PAN				SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO CON GARBANZOS, CARNE, TOCINO, CHORIZO Y PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				CREMA DE CALABACÍN MAGRO ESTOFADO CON PISTO FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				ENSALADA DE ARROZ MERO EN SALSA DE VERDE FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN			
CALORIAS	1073 kcal	PROTEINA	54 g	CALORIAS	1196 kcal	PROTEINA	52 g	CALORIAS	1003 kcal	PROTEINA	44 g	CALORIAS	1013 kcal	PROTEINA	51 g	CALORIAS	1075 kcal	PROTEINA	52 g
GRASAS	53 g	HIDRATOS	99 g	GRASAS	65 g	HIDRATOS	102 g	GRASAS	62 g	HIDRATOS	67 g	GRASAS	37 g	HIDRATOS	108 g	GRASAS	55 g	HIDRATOS	94 g
CALCIO	349 mg	HIERRO	4,6 mg	CALCIO	411 mg	HIERRO	9,7 mg	CALCIO	476 mg	HIERRO	7,6 mg	CALCIO	408 mg	HIERRO	4,8 mg	CALCIO	434 mg	HIERRO	11,4 mg
FIDEAU MERLUZA AL HORNO CON GUI SANTES YOGUR PAN				JUDÍAS PINTAS GUI SADAS ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				SOPA DE PICADILLO TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA MIXTA HELADO PAN				JUDIAS VERDES REHOGADAS CON JAMÓN POLLO ASADO CON GUARNICIÓN DE ARROZ BLANCO FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				PATATAS GUI SADAS CON MAGRO FILETE DE PANGA REBOZADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN			
CALORIAS	856 kcal	PROTEINA	47 g	CALORIAS	1218 kcal	PROTEINA	59 g	CALORIAS	1059 kcal	PROTEINA	39 g	CALORIAS	913 kcal	PROTEINA	63 g	CALORIAS	958 kcal	PROTEINA	53 g
GRASAS	33 g	HIDRATOS	95 g	GRASAS	69 g	HIDRATOS	89 g	GRASAS	56 g	HIDRATOS	88 g	GRASAS	47 g	HIDRATOS	60 g	GRASAS	45 g	HIDRATOS	86 g
CALCIO	313 mg	HIERRO	4,6 mg	CALCIO	417 mg	HIERRO	10,7 mg	CALCIO	278 mg	HIERRO	6,8 mg	CALCIO	385 mg	HIERRO	6,3 mg	CALCIO	379 mg	HIERRO	4,4 mg
ESPAGUETIS GRATINADOS CON QUESO CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON ENSALADA VARIADA FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				LENTEJAS GUI SADAS HUEVOS DUROS CON BECHAMEL YOGUR PAN				ARROZ CON VERDURAS CAZÓN AL HORNO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN				CREMA DE ZANAHORIAS Y PICATOSTES HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO PAN				POTAJE DE GARBANZOS VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA DE TOMATE FRUTA DEL TIEMPO Y LECHE PAN			
CALORIAS	976 kcal	PROTEINA	44 g	CALORIAS	996 kcal	PROTEINA	42 g	CALORIAS	1056 kcal	PROTEINA	43 g	CALORIAS	874 kcal	PROTEINA	31 g	CALORIAS	910 kcal	PROTEINA	55 g
GRASAS	43 g	HIDRATOS	105 g	GRASAS	49 g	HIDRATOS	101 g	GRASAS	46 g	HIDRATOS	119 g	GRASAS	53 g	HIDRATOS	68 g	GRASAS	36 g	HIDRATOS	95 g
CALCIO	326 mg	HIERRO	4,8 mg	CALCIO	347 mg	HIERRO	8,9 mg	CALCIO	337 mg	HIERRO	4,5 mg	CALCIO	171 mg	HIERRO	5,7 mg	CALCIO	476 mg	HIERRO	8,2 mg

SUGERENCIAS PARA LA CENA

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
POLLO ASADO CON ENSALADA MIXTA FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PATATAS FILETE DE CARNE YOGUR	VERDURA REHOGADA PESCADO FRUTA DEL TIEMPO	TORTILLA PATATAS CON PISTO FRUTA DEL TIEMPO	CARNE A LA PLANCHA CON VERDURAS FRUTA DEL TIEMPO
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
VERDURA REHOGADA FILETE DE POLLO FRUTA DEL TIEMPO	HUEVOS REVUELTOS CON ARROZ BLANCO FRUTA DEL TIEMPO	PESCADO EN SALSAS CON PATATAS PRODUCTO LÁCTEO	CARNE ASADA CON CHAMPIÑÓN FRUTA DEL TIEMPO	PASTA GRATINADA PESCADO FRUTA DEL TIEMPO
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
CREMA DE VERDURAS TORTILLA FRANCESA FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CON TOMATE PESCADO A LA PLANCHA FRUTA DEL TIEMPO	HAMBURGUESA CON ENSALADA FRUTA DEL TIEMPO	PESCADO AL HORNO CON PATATAS FRUTA DEL TIEMPO	FILETE DE PAVO CON VERDURA SALTEADA PRODUCTO LÁCTEO
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
VERDURA REHOGADA PESCADO REBOZADO FRUTA DEL TIEMPO	SOPA CROQUETAS FRUTA DEL TIEMPO	CARNE A LA PLANCHA CON VERDURAS FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE PASTA PESCADO YOGUR	TORTILLA DE VERDURAS CON GUARNICIÓN DE ARROZ FRUTA DEL TIEMPO

SUGERENCIAS PARA EL DESAYUNO

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
LECHE CON /SIN CACAO PAN INTEGRAL CON MERMELADA ZUMO DE FRUTA	LECHE CON /SIN CACAO PAN CON TOMATE Y JAMÓN FRUTA DEL TIEMPO	LECHE CON /SIN CACAO GALLETAS CON QUESITO ZUMO DE FRUTA	LECHE CON /SIN CACAO TOSTADA PAN CON ACEITE OLIVA ZUMO DE FRUTA	LECHE CON /SIN CACAO COPOS CERALES FRUTA DEL TIEMPO

SUGERENCIAS PARA LA MERIENDA

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
YOGUR FRUTA DEL TIEMPO	BOCADILLO DE QUESO ZUMO DE FRUTAS	BIZCOCHO FRUTA DEL TIEMPO	BOCADILLO DE JAMÓN YORK FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR FRUTA DEL TIEMPO

El menú a servir por LA MADRIGALEÑA, S.A. es completo ya que aporta más del 35% de las necesidades energéticas y nutritivas de la población a que van destinados.

LA MADRIGALEÑA, S.A.

Tf: 916190046 - Fax: 916190309

e-mail: comedores@lamadrigalena.com