



MENÚ NOVIEMBRE 2025 BASAL



3 680 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6 SOPA MINISTRONE DE VERDURAS Y PASTA 1,3 LOMO FRESCO EN ADOBADO CASERO EN RUSTIDERA 12 FRUTA DE TEMPORADA	4 625 Kcal. P.: 23 HC.: 38 L.: 16 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA LENTEJAS ECOLÓGICAS A LA RIOJANA FILETE DE MERLUZA ENCEBOLLADA EN SALSA VERDE 4 FRUTA DE TEMPORADA	5 750 Kcal. P.: 28 HC.: 44 L.: 23 ENSALADA TOMATE, MAIZ Y BROTES 6 MARMITAKO MARINERO DE ATÚN 4,12 TORTILLA DE ESPINACAS 3 FRUTA DE TEMPORADA	6 650 Kcal. P.: 26 HC.: 35 L.: 18 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MAIZ MACARRONES EN SALSA BOLOÑESA CASERA 1,3 PALOMETA AL ALL Y PEBRE 4 FRUTA DE TEMPORADA	7 725 Kcal. P.: 30 HC.: 38 L.: 23 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS ARROZ DE BACALAO Y ALCACHOFA 4 PECHUGA DE POLLO EN SALSA LACTEO 7
10 760 Kcal. P.: 26 HC.: 38 L.: 27 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y ZANAHORIA CREMA DE VERDURA ECOLÓGICAS 12 ALBONDIGAS DE POLLO EN SALSA CON VERDURITAS 12 FRUTA DE TEMPORADA	11 610 Kcal. P.: 19 HC.: 36 L.: 13 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y BROTES 6 ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADOS CON VERDURA 12 BACALADILLA EN SALSA MERY CON VERDURITA 4 FRUTA DE TEMPORADA	12 735 Kcal. P.: 24 HC.: 45 L.: 20 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y PEPINO ARROZ DEL SEÑORET 2,4,13 TORTILLA DE PATATAS 3 FRUTA DE TEMPORADA	13 655 Kcal. P.: 28 HC.: 37 L.: 18 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y REMOLACHA ESTOFADO DE POLLO ,PATATA Y VERDURAS 12 MERLUZA A LA BILBAINA 4 FRUTA DE TEMPORADA	14 630 Kcal. P.: 20 HC.: 41 L.: 17 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y MAIZ ESPIRALES CON SALSA DE TOMATE CASERA 1,3 FILETE DE A CABEZADA DE CERDO ASADA LACTEO 7
17 765 Kcal. P.: 23 HC.: 50 L.: 20 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA ARROZ BLANCO CON SALSA DE TOMATE CASERA Y MEDIO HUEVO DURO 3 LONGANIZA FRESCA DE CERDO CON PATATA 12 FRUTA DE TEMPORADA	18 655 Kcal. P.: 24 HC.: 42 L.: 16 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y BROTES 6 MACARRONES INTEGRALES A LA CARBONARA 1,7,3 MERLUZA CON VERDURA EN SALSA MERY 4 FRUTA DE TEMPORADA	19 630 Kcal. P.: 20 HC.: 36 L.: 17 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ESPARRAGOS CREMA DE VERDURA ECOLÓGICAS 12 POLLO EN PEPITORIA FRUTA DE TEMPORADA	20 610 Kcal. P.: 22 HC.: 34 L.: 14 ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNA GUISO MARINERO DE CALAMAR 4,12,13 TORTILLA FRANCESA 3 FRUTA DE TEMPORADA	21 730 Kcal. P.: 27 HC.: 42 L.: 23 ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y MAIZ GARBANZO ECOLÓGICOS ESTOFADOS CON VERDURA 12 FILETE DE PALOMETA A LA MARINERA 2,4,13 LACTEO 7
24 605 Kcal. P.: 16 HC.: 38 L.: 13 ENSALADA DELECHUGA ,TOMATE Y REMOLACHA CREMA DE VERDURAS ECOLÓGICAS 12 FILETE DE PECHUGA DE PAVO CON SANFAINA FRUTA DE TEMPORADA	25 625 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 ENSALADA DE LECHUGA ,TOMATE Y ZANAHORIA LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS 12 TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA 3 FRUTA DE TEMPORADA	26 665 Kcal. P.: 29 HC.: 37 L.: 19 ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y MAIZ 6 ESTOFADO DE TERNERA CON PATATA Y VERDURA 12 MERLUZA HORNO SOBRE LECHO DE VERDURAS 4 FRUTA DE TEMPORADA	27 635 Kcal. P.: 17 HC.: 41 L.: 14 ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y BROTES 6 ARROZ DE MERLUZA Y CALAMAR 2,4,13 HAMBURGUESA DE POLLO 3 FRUTA DE TEMPORADA	28 605 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 13 GASTRONOMIA PORTUGUESA ENSALADA LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y PIMIENTO CREMA DE SOPA VERDE (PATATA,COL RIZADA Y RODAJAS DE CHORIZO) 12 FRANGO PIRI-PIRI(POLLO ESTILO PORTUGUES) 12 LEITE CREME 7