

## Menú BASAL Junio 2022

20	21	22	23	24
<b>Lentejas estofadas con verduras</b> <b>Hamburguesa de pollo con patatas (8)(13)</b> Agua + pan (1) + pera	<b>Macarrones con salsa de tomate y atún (1)(3)(4)</b> <b>Tortilla de patatas (3)</b> Agua + pan integral (1) + manzana	<b>Arroz tres delicias (5)(6)(13)(8)(3)(4)</b> <b>Croquetas de bacalao (1)(5)(4)(8)(2)(3)(9)(10)(11)(6)</b> Agua + pan (1) + plátano	<b>Estofado de patatas con choco (6)</b> <b>Carne con tomate</b> Agua + pan integral (1) + yogur (2)	<b>Canelones de carne (1)(8)(2)(3)</b> <b>Merluza a la menier (4)(1)</b> Agua + pan (1) + naranja
498.69 kcal, 21,77gr grasas, 25,28gr proteínas, 53,85gr hidratos de carbono	455.41 kcal, 10,27gr grasas, 18,47gr proteínas, 70,54gr hidratos de carbono	477.75 kcal, 13,84gr grasas, 12,19gr proteínas, 82,23gr hidratos de carbono	427.87 kcal, 17,80gr grasas, 24,04gr proteínas, 42,32gr hidratos de carbono	477.03 kcal, 25,53gr grasas, 20,66gr proteínas, 48,15gr hidratos de carbono

1-Gluten 2-Lácteos 3-Huevo 4-Pescado 5-Crustáceos 6-Moluscos 7-Cacahuete 8-Soja 9-Frutos de cáscara 10-Apio 11-Mostaza 12-Sésamo 13-Sulfitos 14-Altramuces