

Menú BASAL 7º período (Mar-Abr Curso 2025-2026) Infantil Ciclo 2

23 MARZO	24 MARZO	25 MARZO	26 MARZO	27 MARZO
<p>Crema de siete verduras [patata, calabaza, cebolla, calabacín, zanahoria, puerro, guisantes] cocción</p> <p>Lomo de cerdo a la plancha al ajillo con guarnición de zanahoria aliñada crudo</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + yogur natural azucarado 2</p>	<p>Ensalada de tomate, cuatro estaciones, maíz y atún [tomate, lechuga, zanahoria, col lombarda, maíz, atún] 4,13 crudo</p> <p>Puchero de garbanzos con verduras y pollo [cebolla, puerro, zanahoria, patata] cocción</p> <p>Agua + pan 100% integral ECOLÓGICO 1,T8,T11,T12 + plátano</p>	<p>Pasta con salsa de tomate y orégano ECOLÓGICA 1,T3,T8,T13 cocción</p> <p>Albóndigas de pollo guisadas en salsa española [zanahoria, tomate, cebolla, champiñones] con guarnición de lechuga aliñada crudo 1,T8,T13</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + naranja</p>	<p>Potaje de alubias con patatas y verduras ECOLÓGICO [tomate, cebolla, pimiento, zanahoria]</p> <p>Merluza al horno en salsa verde con guarnición de arroz salteado 4,1</p> <p>Agua + pan 100% integral ECOLÓGICO 1,T8,T11,T12 + pera</p>	<p>Guiso de arroz con verduras y magro de cerdo [cebolla, tomate, zanahoria, pimiento]</p> <p>Tortilla de patatas y calabacín plancha con guarnición de tomate natural aliñado crudo 3,13</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + manzana</p>
409,7 kcal 16,9gr grasas, 18,97gr proteínas, 44,66gr hidratos de carbono	384,76 kcal 14,88gr grasas, 13,39gr proteínas, 47,83gr hidratos de carbono	526,2 kcal 20,23gr grasas, 17,99gr proteínas, 66,83gr hidratos de carbono	485,13 kcal 18,25gr grasas, 18,99gr proteínas, 59,4gr hidratos de carbono	530,42 kcal 19,91gr grasas, 15,67gr proteínas, 70,94gr hidratos de carbono
PROP. CENA: ARROZ + PESCADO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA COC. + HUEVO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + PESCADO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + HUEVO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + CARNE + LÁCTEO
30 MARZO				
31 MARZO				
1 ABRIL				
2 ABRIL				
3 ABRIL				
SEMANA SANTA				
6 ABRIL				
7 ABRIL				
8 ABRIL				
9 ABRIL				
10 ABRIL				
<p>Ensalada de tomate, cuatro estaciones, maíz y atún [tomate, lechuga, zanahoria, col lombarda, maíz, atún] 4,13 crudo</p> <p>Lentejas estofadas con verduras ECOLÓGICAS [cebolla, zanahoria, pimiento, patata, ajo]</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + plátano</p>	<p>Lasaña boloñesa con pollo y ternera 1,2,3,T8,T11 horneada</p> <p>Tortilla de patatas horneada con guarnición de zanahoria aliñada crudo 3</p> <p>Agua + pan 100% integral ECOLÓGICO 1,T8,T11,T12 + pera</p>	<p>Arroz salteado con salsa de tomate</p> <p>Salmón al horno con guarnición remolacha y cebolla crudo 4,T5,T6</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + manzana</p>	<p>Pasta con salsa de verduras ECOLÓGICA [tomate, calabacín, cebolla, pimiento rojo] 1,T3,T8,T13 salteada</p> <p>Churrascos de pollo guisado al limón con guarnición de arroz salteado</p> <p>Agua + pan 100% integral ECOLÓGICO 1,T8,T11,T12 + naranja</p>	<p>Puchero de garbanzos con verduras ECOLÓGICO [cebolla, puerro, zanahoria, patata] cocción</p> <p>Tortilla francesa horneada con guarnición de tomate aliñado 3,13 crudo</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + yogur natural azucarado 2</p>
373,35 kcal 14,31gr grasas, 12,98gr proteínas, 47,23gr hidratos de carbono	534,65 kcal 26,47gr grasas, 20,38gr proteínas, 52,27gr hidratos de carbono	507,59 kcal 17,12gr grasas, 18,88gr proteínas, 68,52gr hidratos de carbono	548,44 kcal 15,13gr grasas, 20,79gr proteínas, 80,28gr hidratos de carbono	509,57 kcal 28,7gr grasas, 18,75gr proteínas, 42,97gr hidratos de carbono
PROP. CENA: VERDURA COC. + HUEVO + LÁCTEO	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + CARNE + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + HUEVO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + PESCADO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + CARNE + FRUTA
13 ABRIL				
14 ABRIL				
15 ABRIL				
16 ABRIL				
17 ABRIL				
<p>Crema de calabaza y patata cocción</p> <p>Lomo de cerdo adobado guisado con patatas panaderas horneadas</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + manzana</p>	<p>Guiso de arroz con verduras y pollo [cebolla, tomate, zanahoria, pimiento]</p> <p>Tortilla de patatas y calabacín plancha con guarnición de lechuga aliñada 3 crudo</p> <p>Agua + pan 100% integral ECOLÓGICO 1,T8,T11,T12 + naranja</p>	<p>Ensalada campestre con tomate, maíz y huevo [tomate, lechuga, escarola, achicoria, acelga, maíz, huevo] 3,13 crudo</p> <p>Potaje de garbanzos estofados con patatas y verduras [cebolla, zanahoria, pimiento, tomate]</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + plátano</p>	<p>Estofado de patatas con potón y verduras [berenjena, zanahoria, tomate] 6</p> <p>Pinchitos de pollo a la plancha con guarnición de tomate aliñado 13 crudo</p> <p>Agua + pan 100% integral ECOLÓGICO 1,T8,T11,T12 + yogur natural azucarado 2</p>	<p>Pasta con salsa de tomate y orégano ECOLÓGICA 1,T3,T8,T13 cocción</p> <p>Abadejo al horno en salsa de verduras [zanahoria, pimiento, cebolla] con guarnición de zanahoria aliñada 4 crudo</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + pera</p>
448,32 kcal 18,02gr grasas, 16,69gr proteínas, 54,07gr hidratos de carbono	556,4 kcal 24,15gr grasas, 15,69gr proteínas, 67,45gr hidratos de carbono	368,61 kcal 13,19gr grasas, 11,62gr proteínas, 49,82gr hidratos de carbono	523,21 kcal 21,16gr grasas, 25,26gr proteínas, 55,92gr hidratos de carbono	422,44 kcal 9,89gr grasas, 23,02gr proteínas, 59,53gr hidratos de carbono
PROP. CENA: PASTA + PESCADO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + CARNE + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA COC. + CARNE + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + PESCADO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + HUEVO + LÁCTEO
20 ABRIL				
21 ABRIL				
22 ABRIL				
23 ABRIL				
24 ABRIL				
<p>Ensalada de tomate, cuatro estaciones, maíz y atún [tomate, lechuga, zanahoria, col lombarda, maíz, atún] 4,13 crudo</p> <p>Lentejas estofadas con verduras y pollo [patata, cebolla, zanahoria, pimiento, ajo]</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + plátano</p>	<p>Estofado de patatas con verduras [berenjena, zanahoria, tomate, pimiento, cebolla]</p> <p>Atún guisado en salsa de tomate con guarnición de arroz salteado 4,T8</p> <p>Agua + pan 100% integral ECOLÓGICO 1,T8,T11,T12 + yogur natural azucarado 2</p>	<p>Potaje de alubias con patatas y verduras ECOLÓGICO [tomate, cebolla, pimiento, zanahoria]</p> <p>Tortilla de patatas horneada con guarnición de lechuga aliñada 3 crudo</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + naranja</p>	<p>Guiso de arroz a la marinera con merluza y potón [tomate, zanahoria, pimiento, cebolla, ajo] 4,6</p> <p>Pollo al horno en salsa de zanahorias con guarnición de tomate aliñado 13 crudo</p> <p>Agua + pan 100% integral ECOLÓGICO 1,T8,T11,T12 + pera</p>	<p>Pasta con salsa boloñesa de pollo [tomate, zanahoria, cebolla, pollo] guisado 1,T3,T8,T13</p> <p>Tortilla francesa horneada con guarnición de zanahoria aliñada 3 crudo</p> <p>Agua + pan 1,T8,T11 + manzana</p>
379,19 kcal 13,46gr grasas, 14,64gr proteínas, 48,9gr hidratos de carbono	578,25 kcal 20,52gr grasas, 25gr proteínas, 67,12gr hidratos de carbono	498,79 kcal 26,51gr grasas, 18,58gr proteínas, 45,81gr hidratos de carbono	541,66 kcal 21,62gr grasas, 17,52gr proteínas, 67,74gr hidratos de carbono	494,11 kcal 18,65gr grasas, 17,92gr proteínas, 62,41gr hidratos de carbono
PROP. CENA: VERDURA COC. + HUEVO + LÁCTEO	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + HUEVO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + CARNE + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA CRUDA + PESCADO + FRUTA	PROP. CENA: VERDURA COC. + CARNE + FRUTA
ALÉRGENOS: 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 T: TRAZAS *FORMA DE COCINADO *AOVE: Aceite de oliva virgen extra				

