

**MENU ECOLÓGICO**

2

Crema de zanahoria  
Escalope de pollo a la miel

Pan ecológico  
Fruta fresca

485,2Kcal - Prot:25,1g - Lip:13,5g - HC:62,4g AGS:3,2g -  
Azúcares:20,3g - Sal:2,9g

Espirales con tomate  
Salmón en salsa de verduras

Pan del día  
Fruta fresca

706,9Kcal - Prot:34,5g - Lip:21,3g - HC:92,0g AGS:2,4g -  
Azúcares:22,3g - Sal:6,3g

Cazuela de verduras  
Albóndigas mixtas en salsa  
con patatas dado

Pan del día  
Fruta fresca

697,43 Kcal - Prot:25,98g - Lip:36,05g - HC:64,03g  
AGS:1,03g - Azúcares:20,68g - Sal:5,1g

Paella mixta  
Fogonero en salsa de pimientos

Pan del día  
Fruta fresca

540,3 Kcal - Prot:25,45g - Lip:9,48g - HC:84,68g AGS:1,77g -  
Azúcares:17,29g - Sal:4,65

Fabada  
Tortilla de patata con calabacín

Pan del día  
Lácteo

734,7Kcal - Prot:28,14g - Lip:23,37g - HC:92,9g AGS:6,7g -  
Azúcares:25,18g - Sal:3,24g

**MENU ECOLÓGICO**

9

Lentejas castellanas  
Tortilla de patata

Pan ecológico  
Fruta fresca ecológica

618,3Kcal - Prot:22,9g - Lip:16,1g - HC:87,7g AGS:2,8g -  
Azúcares:18,3g - Sal:4,6g

Arroz con salsa de tomate  
Abadejo en salsa verde

Pan del día  
Fruta fresca

517,6Kcal - Prot:23,9g - Lip:8,9g - HC:83,7g AGS:1,5g -  
Azúcares:21,4g - Sal:7,2g

Crema de verduras con "picatostes"  
Estofado de cerdo

Pan del día  
Fruta fresca

621,493Kcal - Prot:20,35g - Lip:18,37g - HC:71,87g  
AGS:4,63g - Azúcares:22,4g - Sal:4,3g

Garbanzos estofados  
Merluza en salsa de puerros

Pan del día  
Fruta fresca

647,3Kcal - Prot:21,1g - Lip:15,2g - HC:98,8g AGS:2,2g -  
Azúcares:25,8g - Sal:4,6g

Sopa minestrone con pasta  
Hamburguesa de ternera al horno

Ensalada de lechuga  
Pan del día  
Lácteo

670,1Kcal - Prot:25,1g - Lip:36,5g - HC:69,3g AGS:17,4g -  
Azúcares:26,8g - Sal:5,6g

**MENU ECOLÓGICO**

16

Crema de calabacín  
Estofado de pollo al curry

Arroz pilaf  
Pan ecológico  
Fruta fresca

512,9Kcal - Prot:26,1g - Lip:14,2g - HC:66,7g AGS:3,3g -  
Azúcares:16,9g - Sal:3,0g

Lentejas estofadas  
Lomo de Sajonia con patatas dado

Pan del día  
Fruta fresca

724,66Kcal - Prot:39,92g - Lip:22,276g - HC:84,54g  
AGS:4,843g - Azúcares:18,56g - Sal:3,9g

Judías verdes con patatas  
Tortilla francesa  
Zanahoria baby

Pan del día  
Fruta fresca

452,4Kcal - Prot:26,0g - Lip:9,33g - HC:62,15g AGS:2,2g -  
Azúcares:20,44g - Sal:2,95g

Sopa de cocido  
Cocido completo

Pan del día  
Fruta fresca

512,9Kcal - Prot:26,1g - Lip:14,2g - HC:66,7g AGS:3,3g -  
Azúcares:16,9g - Sal:3,0g

**NUTRIFRIENDS**

20

"Taco" de verduras con tomate  
Cordón bleu

con ensalada de lechuga  
Pan del día  
Lácteo

619,7Kcal - Prot:33,0g - Lip:13,6g - HC:89,8g AGS:4,2g -  
Azúcares:27,6g - Sal:9,4g

23

Sopa minestrone con pasta  
Bacalao a la Siciliana

Pan del día  
Fruta fresca

419,5Kcal - Prot:29,3g - Lip:7,8g - HC:55,6g AGS:1,3g -  
Azúcares:18,9g - Sal:6,1g

Alubias blancas estofadas  
Tortilla de patata y espinacas

Pan del día  
Fruta fresca

624,1Kcal - Prot:21,1g - Lip:15,2g - HC:88,8g AGS:2,2g -  
Azúcares:18,8g - Sal:2,6g

Menestra de verduras salteada  
con patatas y bacón

Pan del día  
Fruta fresca

723,4Kcal - Prot:29,4g - Lip:39,7g - HC:59,7g AGS:2,0g -  
Azúcares:21,1g - Sal:5,5g

**MENU ECOLÓGICO**

26

Garbanzos estofados  
Guiso de pollo

Pan ecológico  
Fruta fresca

704,9Kcal - Prot:28,14g - Lip:27,37g - HC:84,7g AGS:3,7g -  
Azúcares:25,78g - Sal:3,24g

Arroz a la milanesa  
Salmón horneado al eneldo

Judías verdes  
Pan del día  
Lácteo

717,6Kcal - Prot:33,6g - Lip:27,2g - HC:81,022g AGS:5,9g -  
Azúcares:11,94g - Sal:7,5g

30

Crema Parmentiere  
Guiso de patatas con pollo

Pan ecológico  
Fruta fresca

518,3Kcal - Prot:26,2g - Lip:15,7g - HC:64,0g AGS:3,6g -  
Azúcares:19,0g - Sal:4,7g

**MENU ECOLÓGICO**

31

Macarrones con salsa de tomate  
Estofado de cerdo

Pan del día  
Fruta fresca

706,9Kcal - Prot:31,3g - Lip:15,3g - HC:98,0g AGS:3,4g -  
Azúcares:29,3g - Sal:4,3g









