



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES 1	VIERNES 2
 <p><a href="https://blog.colechef.com/es/">https://blog.colechef.com/es/</a></p>			<p>Crema de calabaza Espirales en salsa napolitana y pavo</p> <p>Fruta de temporada</p> <p>545,1Kcal - Prot:15,3g - Lip:13,2g - HC:87,7g AGS:3,7g - Azúcares:22,0g - Sal:1,5g</p>	<p>Sopa de pollo con fideos Ternera a la jardinera con papas</p> <p>Natillas caseras s/fr.secos</p> <p>586,1Kcal - Prot:31,4g - Lip:33,0g - HC:37,7g AGS:12,1g - Azúcares:13,5g - Sal:1,0g</p>
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
<p>Sopa minestrone con estrellas Hamburguesa de ave con tomate Papas panadera al horno Fruta de temporada</p> <p>423,9Kcal - Prot:23,1g - Lip:13,1g - HC:47,6g AGS:3,5g - Azúcares:14,4g - Sal:2,0g</p>	FESTIVO	DÍA NO LECTIVO	FESTIVO	<p>Crema de zanahoria Pizza de jamón york Fruta de temporada</p> <p>477,5Kcal - Prot:17,4g - Lip:14,8g - HC:64,5g AGS:3,9g - Azúcares:18,6g - Sal:2,7g</p>
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
<p>Potaje de judías pintas con verduras Tortilla española Tomates aliñados Fruta de temporada</p> <p>437,5Kcal - Prot:12,0g - Lip:17,9g - HC:50,4g AGS:2,8g - Azúcares:20,0g - Sal:2,8g</p>	<p>Crema de acelgas, puerro y zanahoria Espaguetis con salsa de atún Yogur</p> <p>486,8Kcal - Prot:41,0g - Lip:20,9g - HC:31,4g AGS:6,0g - Azúcares:11,7g - Sal:2,0g</p>	<p>Sopa de pollo con fideos Cinta de lomo en salsa de mostaza Zanahoria baby salteada Fruta de temporada</p> <p>430,6Kcal - Prot:13,1g - Lip:10,3g - HC:67,1g AGS:1,4g - Azúcares:18,8g - Sal:1,2g</p>	<p>Crema de calabacín Gallo encebollado Arroz salteado Yogur</p> <p>436,8Kcal - Prot:21,7g - Lip:13,7g - HC:54,8g AGS:3,9g - Azúcares:27,1g - Sal:1,5g</p>	<p>Rancho canario Cordón bleu de pavo Ensalada capresse Fruta de temporada</p> <p>702,2Kcal - Prot:39,4g - Lip:32,9g - HC:58,1g AGS:2,1g - Azúcares:12,3g - Sal:0,8g</p>
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
<p>Crema de calabaza Coditos con tomate y jamón Fruta de temporada</p> <p>213,4Kcal - Prot:5,5g - Lip:7,1g - HC:28,9g AGS:0,9g - Azúcares:13,0g - Sal:0,7g</p>	<p>Potaje de garbanzos y hortalizas Pollo asado con cebolla y pimiento Menestra de verduras Yogur</p> <p>611,8Kcal - Prot:41,0g - Lip:27,3g - HC:48,4g AGS:7,3g - Azúcares:28,1g - Sal:1,8g</p>	<p>Crema de boniato y verduras Paella valenciana Fruta de temporada</p> <p>561,5Kcal - Prot:18,8g - Lip:12,4g - HC:91,5g AGS:3,9g - Azúcares:27,7g - Sal:1,5g</p>	<p>Potaje de berros Croquetas de jamón Ensalada mixta Dulces especiales s/fr.secos</p> <p>403,9Kcal - Prot:15,8g - Lip:20,3g - HC:37,1g AGS:3,1g - Azúcares:12,3g - Sal:1,0g</p>	



Observaciones

Las valoraciones nutricionales incluyen el consumo de una ración de pan por ingesta. Al acompañar las comidas con pan, deberemos tener en cuenta la presencia de gluten como alérgeno (a excepción de las dietas sin gluten)

Los alérgenos del menú tienen en cuenta todos los ingredientes de cada plato y siguen el principio de máxima precaución

- 1 GLUTEN
- 3 HUEVO
- 5 MOLUSCO
- 7 CACAHUETES
- 9 SOJA
- 11 MOSTAZA
- 13 ALTRAMUZES
- 2 LECHE Y DERIV.
- 4 PESCADO
- 6 CRUSTACEOS
- 8 FR.CÁSCARA
- 10 SESAMO
- 12 APIO
- 14 AZÚFRE Y SULFITOS