

# Noviembre 2023

LRE00003: BAJO EN COLESTEROL  
INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

6 KCal. 600 H.C. 76 Lip. 17 P. 41

LENTEJAS CON VERDURA  
ABADEJO AL AJILLO  
• ENSALADA LECHUGA  
FRUTA  
PAN BLANCO

7 KCal. 573 H.C. 61 Lip. 23 P. 33

SOPA DE PASTA  
LOMO DE CERDO EN SU JUGO  
• PATATAS HORNO  
FRUTA  
PAN BLANCO

8 KCal. 621 H.C. 92 Lip. 16 P. 34

ARROZ TRES DELICIAS  
ABADEJO A LA BILBAÍNA  
• ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA  
PAN BLANCO

9 KCal. 671 H.C. 78 Lip. 32 P. 22

PUCHERO DE COCIDO  
TORTILLA FRANCESA  
• ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS  
FRUTA  
PAN BLANCO

10 KCal. 428 H.C. 54 Lip. 16 P. 20

CREMA DE CALABACÍN  
POLLO EN SALSA DE MOSTAZA  
• BRÓCOLI SALTEADO  
FRUTA  
PAN INTEGRAL

13 KCal. 596 H.C. 84 Lip. 15 P. 35

MACARRONES CON TOMATE  
SALMÓN AL AJILLO  
• ENSALADA VERDE  
FRUTA  
PAN BLANCO

14 KCal. 599 H.C. 87 Lip. 19 P. 22

ALUBIAS ESTOFADAS  
TORTILLA DE PATATA  
• ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA  
FRUTA  
PAN BLANCO

15 KCal. 483 H.C. 64 Lip. 18 P. 20

SOPA DE PICADILLO  
LOMO EN SALSA ESPAÑOLA  
• PATATAS HORNO  
FRUTA  
PAN BLANCO

16 KCal. 596 H.C. 76 Lip. 16 P. 41

LENTEJAS CON CALABACÍN Y PUERRO  
ABADEJO AL AJILLO  
• SALTEADO DE VERDURITAS  
FRUTA  
PAN BLANCO

17 KCal. 579 H.C. 92 Lip. 18 P. 18

ARROZ CON TOMATE  
CONTRMUSLO DE POLLO EN SU JUGO  
• ZANAHORIA AL AJILLO  
FRUTA  
PAN INTEGRAL

20 KCal. 535 H.C. 64 Lip. 22 P. 25

SOPA DE LETRAS  
LOMO DE CERDO ASADO  
• PATATAS HORNO  
FRUTA  
PAN BLANCO

21 KCal. 607 H.C. 81 Lip. 19 P. 33

MACARRONES HERVIDOS  
ABADEJO AL HORNO  
• ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA  
PAN BLANCO

22 KCal. 618 H.C. 80 Lip. 23 P. 27

POTAJE DE GARBANZOS  
TORTILLA FRANCESA CON ATUN  
• ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ  
FRUTA  
PAN BLANCO

23 KCal. 549 H.C. 93 Lip. 14 P. 18

PAELLA DE VERDURAS  
CONTRMUSLO DE POLLO AL HORNO  
• ZANAHORIA AL AJILLO  
FRUTA  
PAN BLANCO

24 KCal. 596 H.C. 68 Lip. 24 P. 31

ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS  
MERLUZA AL AJILLO  
• ENSALADA VERDE  
FRUTA  
PAN INTEGRAL

27 KCal. 646 H.C. 82 Lip. 19 P. 42

LENTEJAS CON VERDURA  
ABADEJO AL AJILLO  
• PATATAS ASADAS  
FRUTA  
PAN BLANCO

28 KCal. 591 H.C. 90 Lip. 17 P. 26

ARROZ DE LA HUERTA  
LOMO AL AJILLO  
• ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA  
FRUTA  
PAN BLANCO

29 KCal. 591 H.C. 91 Lip. 17 P. 22

PUCHERO DE COCIDO  
TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA  
• PISTO DE VERDURAS  
FRUTA  
PAN BLANCO

30 KCal. 574 H.C. 85 Lip. 18 P. 21

CODITOS CON SALSA NAPOLITANA  
CONTRMUSLO DE POLLO AL HORNO  
• CHAMPIÑONES SALTEADOS  
FRUTA  
PAN BLANCO