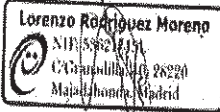


MENU BASAL SALMERON

	MARTES 01	MIÉRCOLES 02	JUEVES 03	VIERNES 04	SABADO 05	DOMINGO 06
	CREMA DE VERDURAS ESCALOPE DE POLLO	ENSALADA MIXTA PAELLA MIXTA	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS FOGONERO A LA VASCA	JUDIAS VERDES CON PATATA HUEVOS CAZADORA	GAZPACHO LOMO ASADO	ENSALADA BEDMAR CROQUETAS
	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 51,5 H. DE CARBONO: 93,4 LÍPIDOS: 33,4 KCAL: 808	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 55,2 H. DE CARBONO: 77,7 LÍPIDOS: 41,4 KCAL: 845	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 50 H. DE CARBONO: 81,5 LÍPIDOS: 20,9 KCAL: 758	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 25,1 H. DE CARBONO: 74,8 LÍPIDOS: 42,9 KCAL: 608	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 31,7 H. DE CARBONO: 99,9 LÍPIDOS: 41,4 KCAL: 904	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 48,3 H. DE CARBONO: 71,8 LÍPIDOS: 43,7 KCAL: 898
LUNES 07	MARTES 08	MIÉRCOLES 09	JUEVES 10	VIERNES 11	SABADO 12	DOMINGO 13
CREMA DE VERDURAS JAMONCITOS AL CURRY ENSALADA	JUDIAS BLANCAS TORTILLA FRANCESA CON PIMIENTO	ARROZ CON POLLO YORK VILLARROY	ENSALADA DE PASTA GALLINETA EN SALSA	PATATAS CON CAZÓN DELICIAS DE QUESO	ENSALADA DE ARROZ ESTOFADO DE TERNERA	GAZPACHO LOMO ASADO
FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 38,9 H. DE CARBONO: 78 LÍPIDOS: 38,2 KCAL: 829	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 25,8 H. DE CARBONO: 94,1 LÍPIDOS: 22,2 KCAL: 809	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 37,6 H. DE CARBONO: 116 LÍPIDOS: 44,3 KCAL: 1027	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 27,8 H. DE CARBONO: 106 LÍPIDOS: 49,9 KCAL: 997	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 44,8 H. DE CARBONO: 96,9 LÍPIDOS: 30,4 KCAL: 864	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 33,1 H. DE CARBONO: 89,5 LÍPIDOS: 32,3 KCAL: 774	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 60,9 H. DE CARBONO: 88,3 LÍPIDOS: 68,9 KCAL: 1084
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18	SABADO 19	DOMINGO 20
SOPA DE AVE MERLUZA A LA ROMANA	ENSALADILLA RUSA JAMON BRASEADO CON VERDURAS	ARROZ CALDOSO CROQUETAS	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO	CODITOS CON TOMATE POLLO CHILINDRON PATATAS	SALMOREJO SALCHICHAS FRESCAS CON TOMATE Y PATATA	ENSALADILLA RUSA TERNERA ASADA
FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 32,8 H. DE CARBONO: 70,7 LÍPIDOS: 54,4 KCAL: 919	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 42,8 H. DE CARBONO: 87,2 LÍPIDOS: 47,5 KCAL: 889	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 27,7 H. DE CARBONO: 97,7 LÍPIDOS: 50,9 KCAL: 949	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 45,8 H. DE CARBONO: 116 LÍPIDOS: 33,5 KCAL: 984	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 34,5 H. DE CARBONO: 108 LÍPIDOS: 45,7 KCAL: 1000	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 24,8 H. DE CARBONO: 80,7 LÍPIDOS: 49,4 KCAL: 859	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 49,4 H. DE CARBONO: 83 LÍPIDOS: 24,4 KCAL: 708
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	SABADO 26	DOMINGO 27
LENTEJAS JAMONCITO DE POLLO	CREMA DE VERDURAS MAGRO CON TOMATE	ESPARRAGOS PAELLA MIXTA	MACARRONES BOLOÑESA JAMON VILLARROY ENSALADA	ENSALADILLA RUSA ESCALOPE DE AVE	SOPA DE PICADILLO CALDERETA DE CAZON	PISTO MANCHEGO TORTILLA ESPAÑOLA ENSALADA
FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 34,9 H. DE CARBONO: 70,9 LÍPIDOS: 33,2 KCAL: 739	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 26,4 H. DE CARBONO: 89,9 LÍPIDOS: 14,1 KCAL: 621	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 35 H. DE CARBONO: 84,7 LÍPIDOS: 37,2 KCAL: 849	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 40,9 H. DE CARBONO: 107 LÍPIDOS: 49,9 KCAL: 1034	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 38,9 H. DE CARBONO: 71,2 LÍPIDOS: 43,8 KCAL: 851	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 48,2 H. DE CARBONO: 97,5 LÍPIDOS: 29,4 KCAL: 607	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 17,6 H. DE CARBONO: 81,7 LÍPIDOS: 18,4 KCAL: 490
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31	Menú valorado por: COSEGAL - Lorenzo Rodríguez Moreno C/Granadilla, 10. 28220 Majadahonda 		
CREMA DE VERDURAS ALBONDIGAS A LA JARDINERA	ENSALADA DE PASTA LOMO A LA RIOJANA	FIDEUA DE PESCADO LACON AL HORNO	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO			
FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 30,3 H. DE CARBONO: 85,5 LÍPIDOS: 39 KCAL: 805	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 43,7 H. DE CARBONO: 90,8 LÍPIDOS: 32 KCAL: 877	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 32,9 H. DE CARBONO: 101 LÍPIDOS: 33,5 KCAL: 856	FRUTA O LACTEO PROTEÍNAS: 55,3 H. DE CARBONO: 103 LÍPIDOS: 24,7 KCAL: 650			