



AGOSTO 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 PAELLA VERDURAS POLLO A LA PLANCHA C/PATATAS FRUTA Kcal : 648 g HC : 72,8 g Prot : 28,8 g Lip : 24,4	2 PATATAS ESTOFADAS MERLUZA REBOZADA C/VERDURAS FRUTA Kcal : 648 g HC : 101 g Prot : 28,8 g Lip : 4,4	3 LENTEJAS HORTELANAS CTA LOMO PLANCHA C/VERDURA FRUTA Kcal : 732 g HC : 76,4 g Prot : 40,3 g Lip : 28,7	4 CODITOS C/TOMATE FINGERS DE POLLO CASEROS C/PATATAS YOGUR Kcal : 735 g HC : 49,9 g Prot : 34,4 g Lip : 43,7
7 J. VERDES C/TOMATE LACON C/PATATAS FRUTA Kcal : 588 g HC : 80,6 g Prot : 26,7 g Lip : 14,8	8 GARBANZOS C/VERDURAS FTE RAPE ANDALUZA C/ARROZ BLANCO FRUTA Kcal : 768 g HC : 97,9 g Prot : 38 g Lip : 22,3	9 ESPIRALES NAPOLITANA TORTILLA CASERA C/MENESTRA FRUTA Kcal : 672 g HC : 102 g Prot : 32,1 g Lip : 13,1	10 J. BLANCAS C/VERDURAS POLLO ASADO C/CALABACIN Y ZANAHORIA FRUTA Kcal : 741 g HC : 78,8 g Prot : 44,2 g Lip : 22,7	11 ARROZ BLANCO C/TOMATE HAMBURGUESA C/PATATAS YOGUR Kcal : 602 g HC : 83,8 g Prot : 37,5 g Lip : 9

El menú ha sido revisado por dietistas-nutricionistas colegiadas del departamento de nutrición. Para consulta sobre alérgenos, podrán ponerse en contacto en el teléfono 607 524 915 o en el email: nutricion@comedoresblanco.es

Todos los menús van acompañados de pan y agua