

















MENÚ 13 - DEL 10 AL 13 DE DICIEMBRE DE 2024

C.P.I.F.P. San Blas

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Leche, café, cacao puro, pan integral, cereales integrales y fruta. (jueves: jamón serrano)				
	 519 Kcal				
Media Mañana	LUNES 9 DE DICIEMBRE FESTIVO	Bocadillo de atún con tomate (306Kcal) + fruta.	Bocadillo de jamón serrano (254Kcal) + fruta	Bocadillo de tortilla con queso (358Kcal) + fruta	Bocadillo vegetal (391Kcal) + fruta
		355 Kcal 	562 Kcal 	441 Kcal 	391 Kcal 
Comida		Judías pintas (276 Kcal) Huevos revueltos (313 Kcal) + fruta	Arroz al horno (345Kcal) y bacalao (258Kcal) con ensalada (172Kcal) + fruta	Macarrones carbonara (530 Kcal), merluza al horno con salteado de verduras (330 Kcal) y yogur	Judías verdes salteadas con jamón (247 Kcal), albóndigas (322 Kcal) + fruta
		609 Kcal 	909 Kcal 	1060 Kcal 	895 Kcal 
Merienda		Bocadillo de lomo embuchado (512 Kcal) y fruta	Leche + bizcocho casero (248 Kcal) + fruta	Bocadillo de queso (465 Kcal)+fruta	Bocadillo de salchichas con tomate (767 Kcal)
		433 Kcal 		515Kcal 	
Cena		Brócoli con patatas (316 Kcal), pollo con champiñones (408Kcal) + yogur	Crema de verduras (140 Kcal), tortilla francesa (195 Kcal) con patatas fritas (307 Kcal) + Fruta	Sopa de pescado (161 Kcal), cordero plancha (316 Kcal) con ensalada arcoíris (191 Kcal) + fruta	
		658 Kcal 	905 Kcal 	1023 Kcal 	

Leyenda de los alérgenos

CRUSTÁCEOS	SÉSAMO	FRUTOS SECOS	GLUTEN	HUEVOS	PESCADO	MOLÚSCOS
MOSTAZA	APIO	CACAHUETES	LÁCTEOS	SULFITO	SOJA	ALTRAMUZ