
























MENÚ 25 - DEL 18 AL 21 DE MARZO DE 2025

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		Bocadillo de jamón serrano con tomate (443 Kcal) + fruta	Bocadillo tortilla y York (341 Kcal)+ fruta	Bocadillo de lomo embuchado (513 Kcal) + fruta	Bocadillo vegetal (392 Kcal) + fruta
		292 Kcal 	563 Kcal  	493 Kcal 	442 Kcal   
Comida		Potaje de garbanzos (369 Kcal) y tortilla de calabacín (274 Kcal) y fruta	Arroz al horno (476 Kcal), , lubina con verduras (253 Kcal) y yogur	Judía verde con patata (253 Kcal), lomo plancha (272 Kcal) con calabacín plancha (65 Kcal) y fruta	Berenjenas rellenas (357 Kcal), salmón a la naranja (208kcal) y fruta
		822Kcal 	938Kcal  	913 Kcal	976 Kcal 
Merienda		Leche + bizcocho casero (196 Kcal)+ fruta	Bocadillo de crema de cacao (405 Kcal) + fruta	Bocadillo York con lechuga y tomate (341 Kcal)+ fruta	Bocadillo de pechuga de pollo a la plancha (692 Kcal) y fruta.
		296 Kcal   	355 Kcal  	391Kcal 	742Kcal 
Cena		Verduras al vapor (213 Kcal) y guiso de pavo con patata (372 Kcal) Fruta	Crema de calabacín (218 Kcal), chuletas de cordero a la plancha (403,10 Kcal), ensalada variada (160 Kcal) y fruta	Coliflor con salsa de queso (370 Kcal) + Calamar rebozado (287 Kcal) con crujientes de zanahoria (85 Kcal) y yogur	
		785 Kcal	1163 Kcal	790 Kcal   	

Leyenda de los alérgenos

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