

MENÚ 1 DEL 15 AL 19 DE SEPTIEMBRE

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

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Desayuno	Leche, café, cacao puro, pan integral, cereales integrales, fruta y frutos secos (lunes yogur, miércoles bizcocho casero y viernes jamón serrano y tomate)				
	519 Kcal				
Media Mañana	Bocadillo de lomo embuchado(513Kcal) +fruta 537Kcal	Bocadillo de tortilla y queso (383) +fruta 433Kcal	Bocadillo de jamón York, lechuga y tomate (242Kcal) +fruta 292Kcal	Bocadillo de longaniza(341Kcal) +fruta 391Kcal	Bocadillo vegetal (392Kcal) +fruta 430Kcal
Comida	-Ensalada de patata(379Kcal) -Huevos en salsa (294Kcal) -fruta 837Kcal	- Crema de legumbres (542Kcal) - Carrilleras guisadas (380Kcal) -fruta 1108Kcal	- Fideuá de carne(680Kcal) -Lubina a la plancha (ensalada)(300Kcal) -fruta 1150Kcal	-Lentejas con verduras(328Kcal) -Lomo a la plancha (ensalada)(307Kcal) -yogur 830Kcal	-Arroz a banda (489Kcal) -Conejo al horno (patatas)(399Kcal) -fruta 998Kcal
Merienda	Sándwich mixto (344Kcal) + fruta 342Kcal	Leche +bizcocho casero (390Kcal)+ fruta 394Kcal	Bocadillo de jamón serrano(438Kcal)+fruta 444Kcal	Bocadillo de crema de cacao (455Kcal) + fruta 394Kcal	Bocadillo de pechuga empanada (544Kcal) 714Kcal
Cena	-Crema de calabacín (100Kcal) -Empanadillas y quesitos (ensalada)(430Kcal) -fruta 651Kcal	- Brócoli con patata (236Kcal) -Tortilla paisana (ensalada)(445Kcal) -fruta 703Kcal	-Hojaldre de verduras (213Kcal) -Guiso de pavo con patatas(368Kcal) -yogur 674Kcal	-Sopa de pollo(156Kcal) -Calamares rebozados (ensalada)(345Kcal) -fruta 750Kcal	

Se reserva el derecho del CPIFP de realizar cambios de algún plato según necesidad

Leyenda de los alérgenos

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