

lunes

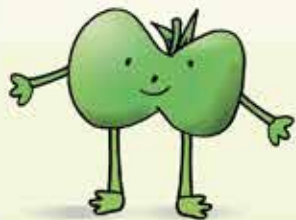
martes

miércoles

jueves

viernes

ICONOGRAFÍA



Todos nuestros platos son elaborados con aceite de oliva

proyecto educativo

RECOMENDACIONES NUTRICIONALES

innovacetas by Ausolan

MASSANA IMPULSA

**05**   
 CREMA DE ROMANESCU  
 MACARRONES INTEGRALES CON HUEVO DURO  
 MANZANA  
 PAN BARRA  
 KCal. 620 H.C. 113 Lip. 13 P. 19

**06**  
 LENTEJAS A LA HORTELANA  
 POLLO AL AJILLO  
 ENSALADA DE LECHUGA PLÁTANO  
 PAN BARRA  
 KCal. 550 H.C. 70 Lip. 16 P. 34

**07**   
 PATATAS GUIADAS  
 FILETE DE MERLUZA REBOZADA  
 ENSALADA DE LECHUGA YOGUR  
 PAN BARRA  
 KCal. 605 H.C. 73 Lip. 24 P. 27

**08**  
 ACELGA CON PATATA Y REFRITO DE AJICOS  
 LOMO EN SALSA DE CIRUELAS PERA  
 PAN BARRA  
 KCal. 469 H.C. 57 Lip. 17 P. 25

**09**  
 JUDÍA VERDE CON PATATAS ALUBIA PINTA ESTOFADA CON VERDURAS  
 MANDARINAS  
 PAN BARRA  
 KCal. 414 H.C. 75 Lip. 5 P. 22

**12**  
 BORRAJA CON PATATAS ALIÑADA CON ACEITE DE OLIVA EN CRUDO  
 LOMO CON TOMATE CASERO  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 MANZANA  
 PAN BARRA  
 KCal. 522 H.C. 55 Lip. 24 P. 25

**13**  
 CREMA DE ZANAHORIA  
 FILETE DE TERNERA EN SALSA PERA  
 PAN BARRA  
 KCal. 553 H.C. 67 Lip. 21 P. 28

**14**  
 ESPIRALES FRESCOS CON TOMATE  
 TORTILLA CASERA DE PATATA  
 ENSALADA DE LECHUGA NARANJA  
 PAN BARRA  
 KCal. 665 H.C. 96 Lip. 23 P. 21

**15**   
 GARBANZOS CON VERDURA  
 ABADEJO REBOZADO  
 GUARNICION MAHONESA  
 YOGUR  
 PAN BARRA  
 KCal. 730 H.C. 74 Lip. 33 P. 39

**16**   
 PANACHÉ DE VERDURAS  
 LENTEJAS CON BONIATO  
 MANDARINAS  
 PAN BARRA  
 KCal. 426 H.C. 76 Lip. 6 P. 21

**19**  
 ARROZ CON TOMATE  
 FILETE DE LIMANDA REBOZADA  
 RODAJA DE LIMÓN  
 NARANJA  
 PAN BARRA  
 KCal. 741 H.C. 108 Lip. 24 P. 31

**20**  
 SOPA DE COCIDO  
 GUISADO DE PAVO  
 MANZANA  
 PAN BARRA  
 KCal. 419 H.C. 60 Lip. 7 P. 30

**21**  
 ALUBIA BLANCA ESTILO POCHA CON PIMIENTOS  
 FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE CHIPIRONES  
 PERA  
 PAN BARRA  
 KCal. 481 H.C. 72 Lip. 10 P. 30

**22**   
 CREMA DE VERDURAS  
 ESCALOPE DE CERDO  
 ENSALADA DE LECHUGA YOGUR  
 PAN BARRA  
 KCal. 604 H.C. 56 Lip. 29 P. 32

**23**  
 JUDÍA VERDE CASERA  
 CROQUETAS DE BACALAO  
 ENSALADA DE LECHUGA MANDARINAS  
 PAN BARRA  
 KCal. 606 H.C. 66 Lip. 32 P. 14

**26**  
 BERZA CON PATATAS  
 ALBÓNDIGAS EN SALSA CHAMPIÑONES  
 MANZANA  
 PAN BARRA  
 KCal. 553 H.C. 56 Lip. 28 P. 22

**27**  
 CREMA DE COLIFLOR  
 MUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN  
 PLÁTANO  
 PAN BARRA  
 KCal. 518 H.C. 66 Lip. 18 P. 27

**28**   
 ARROZ CON CALABACÍN Y PIMIENTO ROJO  
 ABADEJO AL HORNO CON VERDURITAS  
 LECHUGA GUARNICIÓN  
 YOGUR  
 PAN BARRA  
 KCal. 698 H.C. 97 Lip. 24 P. 29

**29**  
 GARBANZOS CON ESPINACAS  
 TORTILLA CASERA DE PATATA  
 ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS  
 PERA  
 PAN BARRA  
 KCal. 590 H.C. 78 Lip. 22 P. 23

