



LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
MENÚ BASAL COL. SAN MARTÍN MAYO 2019																			
-DÍA 6-				-DÍA 7-				-DÍA 1-				-DÍA 2-				-DÍA 3-			
Coditos a la napolitana con orégano (i) (e)				Alubias pintas con verduras (c)				FESTIVO				FESTIVO				FESTIVO			
Tortilla francesa de espinacas con lechuga y maíz (e) (l)				Pollo en salsa de champiñones con bolitas de patata (c)				Arroz blanco con salsa de tomate				Sopa de cocido (i) (e)				Patatas guisadas con verduras y magro de cerdo (c)			
Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Filete de bacalao rebozado con lechuga y zanahoria (i) (e)				Cocido madrileño completo (c)				Filete de merluza al pil pil con daditos de calabacín (c) (e)			
Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Yogur sabor y pan (i) (e) (l) (p)			
Kcal:619	Prot:17	Lip:18	HC:97	Kcal:742	Prot:52	Lip:31	HC:53	Kcal:727	Prot:18	Lip:26	HC:104	Kcal:686	Prot:33	Lip:20	HC:87	Kcal:534	Prot:35	Lip:15	HC:63
-DÍA 13-				-DÍA 14-				-DÍA 15-				-DÍA 16-				-DÍA 17-			
Crema de puerro y calabaza (c)				Lentejas con verduras y arroz (c)				FESTIVO				Garbanzos con espinacas y huevo cocido (e) (c)				Arroz blanco con salsa de tomate			
Albóndigas de ternera en salsa con jardinera de verduras (i) (e)				Pechuga de pavo en salsa con bolitas de patata (e) (c)				Filete de merluza en salsa con verduras (c)				Torilla de patata con lechuga y zanahoria (e)				Fruta y pan (i) (e) (l)			
Yogur sabor y pan (i) (e) (l) (p)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)			
Kcal:602	Prot:26	Lip:26	HC:64	Kcal:753	Prot:33	Lip:32	HC:76	Kcal:792	Prot:31	Lip:32	HC:91	Kcal:663	Prot:23	Lip:23	HC:82	Kcal:677	Prot:23	Lip:22	HC:112
-DÍA 20-				-DÍA 21-				-DÍA 22-				-DÍA 23-				-DÍA 24-			
Crema de guisantes (c)				Patatas a la riojana (c)				Sopa de estrellas (i) (e)				Judías blancas a la hortelana				Espirales con salsa de tomate y atún (i) (e) (c)			
Escalope de pollo con lechuga (i) (e) (c) (p)				Filete de abadejo a la jardinera (e) (c)				Ragout de ternera en salsa con daditos de calabaza y patatas (c)				Torilla española con lechuga y remolacha (e)				Filete de merluza con daditos de zanahoria (c)			
Yogur sabor y pan (i) (e) (l) (p)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)			
Kcal:735	Prot:43	Lip:27	HC:76	Kcal:500	Prot:23	Lip:16	HC:63	Kcal:561	Prot:30	Lip:22	HC:59	Kcal:645	Prot:27	Lip:21	HC:75	Kcal:728	Prot:25	Lip:25	HC:100
-DÍA 27-				-DÍA 28-				-DÍA 29-				-DÍA 30-				-DÍA 31-			
Lentejas a la hortelana (c)				Crema Vichy (c)				Espirales boloñesa (i) (e)				Garbanzos estofados con verduras y chorizo (c)				Arroz con tomate			
Hamburguesa de ternera con pisto de verduras (i) (e)				Pollo al coulis de pimientos con patata panadera (c)				Filete de merluza en salsa con verduras (c)				Torilla francesa con lechuga y maíz (e)				San Marino con lechuga y remolacha (c) (i) (p) (e)			
Yogur sabor y pan (i) (e) (l) (p)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)				Fruta y pan (i) (e) (l)			
Kcal:715	Prot:39	Lip:30	HC:65	Kcal:562	Prot:34	Lip:20	HC:60	Kcal:646	Prot:28	Lip:19	HC:86	Kcal:626	Prot:31	Lip:19	HC:74	Kcal:688	Prot:14	Lip:19	HC:113

GLUTEN (i) HUEVO (e) PESCADO (c) MOLUSCO (e) SOJA (e) ALTRAMUCES (e) LECHE (e) SÉSAMO (e) FRUTOS DE CÁSCARA (e) APIO (e) MOSTAZA (e) SULFITOS (c) CACAHUETE (e) CRUSTÁCEOS (e)

Debido a la naturaleza del producto, el pescado puede contener espinas.

Atendiendo al Reglamento (UE) n° 1169/2011, pueden informarse en la web www.enasui.com de las sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

Este menú ha sido valorado por el Departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria de Enasui (R.S. 2610104-M/ ISO 9001: 2008 N° EC-2930/07). Podrá acceder a este menú a través de nuestra página web www.enasui.com entrando en "área clientes" y registrándose.

