



# MENÚ INFANTIL SIN PLV

## OCTUBRE 2025

| Lunes                                                                                                                                                                       | Martes                                                                                                                                                          | Miércoles                                                                                                                                                | Jueves                                                                                                                                               | Viernes                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                 | Crema de verduras frescas de temporada<br>Hamburguesa casera a la plancha con patatas asadas<br>Fruta<br>670,61 Kcal 70,17 g HC 23,68 g Prot 31,54 g Lip | Sopa de ave y picadillo con fideos<br>Tortilla de calabacín con ensalada variada<br>Yogur de soja<br>587,74 Kcal 60,33 g HC 30,61 g Prot 23,64 g Lip | Arroz a la marinera<br>Merluza a la plancha con ensalada variada<br>Fruta<br>784,73 Kcal 110,86 g HC 34,43 g Prot 21,67 g Lip                  |
| Alubias estofadas con verduritas<br>Filete de pavo a la plancha con ensalada variada<br>Yogur de soja<br>632,28 Kcal 63,76 g HC 39,96 g Prot 20,98 g Lip                    | Espagueti al pomodoro<br>Cinta de lomo fresca a la plancha con ensalada mixta<br>Fruta<br>623,4 Kcal 79,79 g HC 30,63 g Prot 18,77 g Lip                        | Crema de verduras frescas de temporada<br>Bacalao a la plancha con ensalada variada<br>Yogur de soja<br>481,62 Kcal 47,73 g HC 22,94 g Prot 20,23 g Lip  | Sopa con fideos<br>Cocido completo con verduras y pollo<br>Fruta<br>582,1 Kcal 88,16 g HC 27,3 g Prot 10,57 g Lip                                    | Arroz con tomate frito al horno<br>Huevos fritos con patatas<br>Fruta<br>770,25 Kcal 112,32 g HC 20,81 g Prot 25,16 g Lip                      |
|                                                                                                                                                                             | Alubias blancas estofadas con verduritas<br>Filete de pollo a la plancha con ensalada mixta<br>Yogur de soja<br>612,48 Kcal 64,57 g HC 33,96 g Prot 20,93 g Lip | Crema de verduras<br>Tortilla francesa con ensalada de tomate<br>Fruta<br>538,3 Kcal 51,1 g HC 18,39 g Prot 27,01 g Lip                                  | Sopa de ave y picadillo con pasta lluvia<br>Lomo asado en su jugo con puré de patata<br>Fruta<br>636,48 Kcal 77,85 g HC 36,5 g Prot 18,44 g Lip      | Crema de verduras frescas de temporada<br>Salmon al horno con arroz salteado<br>Yogur de soja<br>580,69 Kcal 73,1 g HC 25,4 g Prot 19,53 g Lip |
| Macarrones salteados con verduritas y tomate frito<br>Chuleta de cerdo a la plancha con ensalada variada<br>Yogur de soja<br>611,47 Kcal 76,4 g HC 30,07 g Prot 19,28 g Lip | Patatas guisadas con verduras y costillas<br>Merluza al horno<br>Fruta<br>466,75 Kcal 67,03 g HC 21,54 g Prot 11 g Lip                                          | Crema de calabacín<br>Pollo al ajillo con verduras<br>Yogur de soja<br>590,31 Kcal 61,46 g HC 35,1 g Prot 21,49 g Lip                                    | Sopa con picadillo y fideos<br>Magro estofado con verduritas y patatas<br>Fruta<br>597,04 Kcal 73,97 g HC 35,62 g Prot 15,87 g Lip                   | Garbanzos estofados con verdura<br>Palometa a la plancha con tomate<br>Fruta<br>537,44 Kcal 75,47 g HC 25,74 g Prot 11,89 g Lip                |
| Alubias pintas estofadas con verduritas<br>Pollo a la plancha con ensalada variada<br>Yogur de soja<br>564,33 Kcal 64,42 g HC 35,47 g Prot 14,99 g Lip                      | Espaguetis con verduras y tomate<br>Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada variada<br>Fruta<br>627,09 Kcal 80,43 g HC 30,79 g Prot 18,8 g Lip          | Crema de verduras frescas de temporada<br>Merluza a la plancha con ensalada variada<br>Yogur de soja<br>417,7 Kcal 50,54 g HC 21,56 g Prot 13,13 g Lip   | Sopa del cocido con estrellitas<br>Pollo asado asado en su jugo con patata asada<br>Fruta<br>658,54 Kcal 88,83 g HC 32,47 g Prot 17,6 g Lip          | Garbanzos con verduritas<br>Salmón al horno con ensalada de tomate<br>Fruta<br>607,2 Kcal 73,41 g HC 29,56 g Prot 19,48 g Lip                  |