



LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
30-oct				31-oct				01-nov				02-nov				03-nov 01-dic			
PURÉ DE HABICHUELAS ENSALADA DE PASTA CON ATÚN, HUEVO, MILLO, ZANAHORIA Y PEPINO FRUTA NATURAL Kcal: 650,44 HC: 88,77 Lip: 30,69 Prot: 27,55				CREMA DE CALABAZA POLLO DESHUESADO AL HORNO ENCEBOLLADO Y SALTEADO DE CHAMPINONES Y ZANAHORIAS BABY, PEREJIL, AJO, AOVE Y SAL FRUTA NATURAL Kcal: 672,80 HC: 61,58 Lip: 29,79 Prot: 39,73				FESTIVO				POTAJE DE VERDURAS PAELLA DE PESCADO (ABADEJO) Y POTAJE CON ADEREZANTE DE LIMÓN FRUTA NATURAL Kcal: 616,82 HC: 100,99 Lip: 14,92 Prot: 19,54				CREMA DE CALABACINOS TORTILLA ESPAÑOLA CON CEBOLLA Y ENSALADA VERDE CON AGUACATE FRUTA NATURAL Kcal: 682,58 HC: 89,65 Lip: 27,52 Prot: 19,09			
02-oct 06-nov 04-dic				08-oct 07-nov 05-dic				04-oct 08-nov 06-dic				05-oct 09-nov 07-dic				06-oct 10-nov 08-dic			
POTAJE DE LENTEJAS FILETE DE MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA DE ESPÁRRAGOS FRUTA NATURAL Kcal: 588,45 HC: 56,27 Lip: 22,97 Prot: 32,44				PURÉ DE ESPINACAS ROPA VIEJA DE POLLO CON VERDURAS Y PAPAS FRUTA NATURAL Kcal: 670,20 HC: 89,27 Lip: 18,80 Prot: 24,50				CREMA DE BATATA Y ÑAME ARROZ TRES DELICIAS CON JAMÓN, HUEVO, GUISANTES Y ZANAHORIA NATURAL LÁCTEO Kcal: 689,64 HC: 76,01 Lip: 23,50 Prot: 34,14				SOPA CAMPESINA ABADEJO AL HORNO CON MOJO VERDE Y PAPAS ARRUGADAS FRUTA NATURAL Kcal: 700,20 HC: 62,35 Lip: 22,22 Prot: 30,63				PURÉ DE BRÓCOLI ESPAGUETIS A LA BOLONESA Y QUESO RALLADO FRUTA NATURAL Kcal: 615,00 HC: 61,58 Lip: 29,79 Prot: 39,73			
11-sep 09-oct 13-nov 11-dic				12-sep 10-oct 14-nov 12-dic				13-sep 11-oct 15-nov 13-dic				14-sep 12-oct 16-nov 14-dic				15-sep 13-oct 17-nov 15-dic			
PURÉ DE ACELGAS TORTILLA ESPAÑOLA CON CEBOLLA CON GUARNICIÓN DE VERDURAS FRUTA NATURAL Kcal: 695,58 HC: 90,65 Lip: 28,52 Prot: 23,09				CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS MIXTAS AL HORNO CON SALSA DE ZANAHORIA Y ARROZ BLANCO FRUTA NATURAL Kcal: 680,00 HC: 64,10 Lip: 30,35 Prot: 42,23				SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y GARBANZOS CHURROS DE MERLUZA CON ENSALADA MIXTA LÁCTEO Kcal: 625,64 HC: 78,01 Lip: 30,50 Prot: 29,14				CREMA DE ZANAHORIAS CODITOS CON ATÚN Y SALSA DE TOMATE FRUTA NATURAL Kcal: 670,70 HC: 104,66 Lip: 18,38 Prot: 23,92				POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO EN ADOBO CON SALTEADO DE GUISANTES Y ZANAHORIAS BABY, PEREJIL, AJO, AOVE Y SAL FRUTA NATURAL Kcal: 672,80 HC: 61,58 Lip: 29,79 Prot: 39,73			
18-sep 16-oct 20-nov 18-dic				19-sep 17-oct 21-nov 19-dic				20-sep 18-oct 22-nov 20-dic				21-sep 19-oct 23-nov 21-dic				22-sep 20-oct 24-nov 22-dic			
SOPA CAMPESINA ABADEJO AL HORNO CON MOJO ROJO Y PAPAS ARRUGADAS FRUTA NATURAL Kcal: 608,64 HC: 78,01 Lip: 14,50 Prot: 35,14				POTAJE DE LENTEJAS ARROZ AMARILLO CON POLLO Y VERDURAS FRUTA NATURAL Kcal: 682,58 HC: 69,10 Lip: 29,35 Prot: 32,23				PURÉ DE CALABAZA LOMO AL HORNO AL AJILLO Y ENSALADA CON BROTES DE SOJA Y HUEVO DURO LÁCTEO Kcal: 692,74 HC: 66,01 Lip: 20,39 Prot: 25,78				POTAJE DE ACELGAS CON JUDÍAS ESTOFADO DE POLLO CON PAPAS Y VERDURAS FRUTA NATURAL Kcal: 650,00 HC: 108,00 Lip: 14,00 Prot: 24,00				CREMA DE ESPINACAS PIZZA MARGARITA CON ATÚN Y ORÉGANO FRUTA NATURAL Kcal: 819,01 HC: 103,87 Lip: 29,86 Prot: 33,69			
25-sep 23-oct 27-nov				26-sep 24-oct 28-nov				27-sep 25-oct 29-nov				28-sep 26-oct 30-nov				29-sep 27-oct			
POTAJE DE VERDURAS CROQUETAS CASERAS DE PESCADO (ABADEJO) CON ENSALADA DE QUESO FRUTA NATURAL Kcal: 669,98 HC: 70,79 Lip: 27,50 Prot: 34,77				PURÉ DE ZANAHORIAS VUELTAS DE CERDO AL HORNO A LA CASERA CON ARROZ BLANCO FRUTA NATURAL Kcal: 669,98 HC: 70,79 Lip: 27,50 Prot: 34,77				SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y GARBANZOS MERLUZA AL HORNO CON MOJO VERDE Y PAPAS SANCOCHADAS LÁCTEO Kcal: 612,64 HC: 76,01 Lip: 23,50 Prot: 34,14				CREMA DE BRÓCOLI ESPIRALES VEGETALES CON TACOS DE PAVO Y SALSA DE TOMATE FRUTA NATURAL Kcal: 670,20 HC: 89,27 Lip: 18,80 Prot: 24,50				CREMA DE BATATA Y ÑAME TORTILLA ESPAÑOLA CON CEBOLLA Y SALTEADO DE HABICHUELAS Y ZANAHORIAS, PEREJIL, AJO, AOVE Y SAL FRUTA NATURAL Kcal: 627,58 HC: 68,65 Lip: 27,52 Prot: 30,09			



**ALMUERZO** **RECOMENDACION CENA**

Carne	→	Pescado o Huevo
Pescado	→	Carne o Huevo
Huevo	→	Pescado o Carne
Verduras	→	Papas o Cereales
Papas/Cereales	→	Verduras
Fruta	→	Lácteo o Fruta
Lácteo	→	Fruta



N°RGSA 26.06318/GC  
Tel.: 928674463  
info@naranjoyhenriquez.com  
C/Poetisa Agustina Romero, 32  
35018 Las Mesas



\* LOS MENÚS SE ACOMPAÑAN DIARIAMENTE DE PAN BLANCO E INTEGRAL, GOFIO DE MAÍZ Y AGUA.  
\* NUESTROS MENÚS PUEDEN SUFRIR ALGUNA MODIFICACIÓN POR CAUSAS JUSTIFICADAS. DPTO. DE CALIDAD Y SEGURIDAD ALIMENTARIA.