# Septiembre 2023

EBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / TURNO 1

**CEP LEZO**

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|---|---|---|---|
| | | | **7** KCal. 778 H.C. 116 Lip. 26 P. 28<br>ARROZ CON TOMATE<br>FILETE DE MERLUZA AL HORNO<br>• LECHUGA<br>FRUTA<br>PAN | **8** KCal. 721 H.C. 71 Lip. 32 P. 40<br>JUDIAS VERDES CON PATATAS<br>ATUN CON TOMATE<br>FRUTA<br>PAN |
| **11** KCal. 955 H.C. 138 Lip. 38 P. 23<br>MACARRONES CON TOMATE<br>CROQUETAS<br>• LECHUGA<br>FRUTA<br>PAN | **12** KCal. 812 H.C. 102 Lip. 31 P. 36<br>LENTEJAS A LA CASTELLANA D.O<br>TORTILLA CAMPERA<br>• TOMATE FRESCO<br>FRUTA<br>PAN | **13** KCal. 615 H.C. 55 Lip. 28 P. 38<br>SOPA DE PESCADO<br>FILETE DE POLLO EMPANADO<br>• PIMIENTOS ROJOS<br>VASITO DE HELADO<br>PAN | **14** KCal. 708 H.C. 117 Lip. 23 P. 15<br>ENSALADA FRANCESA<br>PAELLA VEGETAL<br>FRUTA<br>PAN | **15** KCal. 642 H.C. 86 Lip. 20 P. 36<br>ALUBIAS BLANCAS<br>FILETE DE MERLUZA AL HORNO<br>• LIMON<br>FRUTA<br>PAN |
| **18** KCal. 666 H.C. 77 Lip. 29 P. 27<br>CREMA DE CALABAZA Y QUESO<br>FILETE RUSO DE TERNERA EN SALSA<br>• VERDURITAS<br>FRUTA<br>PAN | **19** KCal. 785 H.C. 103 Lip. 27 P. 37<br>ESPIRALES NAPOLITANA<br>FILETE DE MERLUZA AL HORNO<br>• LIMON<br>YOGUR<br>PAN | **20** KCal. 788 H.C. 109 Lip. 27 P. 32<br>GARBANZOS<br>TORTILLA DE PATATAS HORNO<br>• PIMIENTOS ROJOS<br>FRUTA<br>PAN | **21** KCal. 659 H.C. 77 Lip. 24 P. 39<br>SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS<br>LOMO ADOBADO EMPANADO<br>• ENSALADA CUATRO ESTACIONES<br>FRUTA<br>PAN | **22** KCal. 660 H.C. 86 Lip. 21 P. 36<br>PATATAS A LA RIOJANA<br>MUSLO DE POLLO ASADO<br>• LECHUGA<br>FRUTA<br>PAN |
| **25** KCal. 794 H.C. 83 Lip. 39 P. 31<br>PURE DE CALABACIN<br>ALBONDIGAS EN SALSA CON VERDURITAS<br>FRUTA<br>PAN | **26** KCal. 696 H.C. 85 Lip. 26 P. 36<br>ALUBIAS BLANCAS<br>FILETE DE MERLUZA AL HORNO<br>• ENSALADA CUATRO ESTACIONES<br>FRUTA<br>PAN | **27** KCal. 957 H.C. 127 Lip. 35 P. 41<br>ARROZ CON TOMATE<br>FILETE DE TERNERA PLANCHA<br>• PATATAS CHIPS<br>YOGUR<br>PAN | **28** KCal. 771 H.C. 87 Lip. 37 P. 29<br>GUISANTES CON PATATAS<br>HUEVOS GRATINADOS<br>FRUTA<br>PAN | **29** KCal. 955 H.C. 138 Lip. 35 P. 25<br>CARACOLILLOS CON TOMATE<br>SAN JACOBO<br>• LECHUGA<br>FRUTA<br>PAN |

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.