



Menú Infantil Febrero 2010



OLMATA,

Servicios a comedores de empresas, colegios y colectividades.

Centro
Educativo
Zola
Villafranca del Castillo

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
<p>Macarrones con Tomate y Atún Gratinado Filete de Lenguado con Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 582 H.C.: 44.4 % PROT: 17.4 % LIP: 38.4 %</p>	<p>Lentejas con Chorizo, Patata y Zanahoria Escalope de Cerdo con Ensalada de Lechuga y Tomate Yogur de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 721 H.C.: 41.3 % PROT: 21.8 % LIP: 36.7 %</p>	<p>Puré de Verdura Variado: Calabacín, Zanahoria, Puerros, Judías y Patatas Pollo en Salsa con Guarnición de Arroz Macedonia de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 528 H.C.: 42.9 % PROT: 20.7 % LIP: 36.5 %</p>	<p>Fideua con Pollo y Magro Albóndigas en Salsa con Verduritas y Patatas Dado Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 726 H.C.: 43.8 % PROT: 22.8 % LIP: 33.5 %</p>	<p>Cocido Completo Sopa de Fideos, Garbanzos, Patatas, Zanahorias y Pollo Yogur de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 648 H.C.: 48.7 % PROT: 22.5 % LIP: 28.8 %</p>
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12
<p>Paella de Verduras Mero en Salsa con Patatas Fritas Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 666 H.C.: 53.7 % PROT: 12.9 % LIP: 33.4 %</p>	<p>Guisado con Costillas Tortilla Española con Ensalada Natillas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 806 H.C.: 37.9 % PROT: 16.1 % LIP: 46.0 %</p>	<p>Judías Pintas con Arroz, Chorizo, Cebolla (Puré niños de 2 años) Contra de Ternera en Salsa con Puré de Patata Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 942 H.C.: 55.5 % PROT: 19.1 % LIP: 25.4 %</p>	<p>Coditos Gratinados con Jamón Filetes de Lenguado Con Ensalada de Lechuga y Tomate Yogur de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 698 H.C.: 41.6 % PROT: 18.9 % LIP: 39.6 %</p>	<p>Lentejas con Chorizo, Cebolla y Zanahoria Pollo en Salsa con Patatas Fritas Macedonia de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 625 H.C.: 45.9 % PROT: 20.9 % LIP: 33.0 %</p>
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
<p>Judías Verdes Rehogadas (Puré niños de 2 años) Filete de Lomo con Ensalada de Lechuga y Maíz Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 461 H.C.: 27.6 % PROT: 18.4 % LIP: 54.1 %</p>	<p>Spaghettis con Chorizo y Bacon Filete de Merluza con Ensalada de Lechuga y Tomate Yogur de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 822 H.C.: 38.1 % PROT: 16.2 % LIP: 45.4 %</p>	<p>Lentejas con Chorizo, Cebolla y Zanahoria Pechuga de Pollo con Patatas Fritas Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 558 H.C.: 42.5 % PROT: 22.9 % LIP: 34.3 %</p>	<p>Cocido Completo Sopa de Estrellitas, Garbanzos, Patatas, Zanahorias y Pollo Yogur de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 648 H.C.: 48.7 % PROT: 22.5 % LIP: 28.8 %</p>	<p>Fideua con Pollo y Magro Albóndigas en Salsa con Verduritas y Patatas Dado Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 784 H.C.: 46.0 % PROT: 21.3 % LIP: 31.4 %</p>
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
<p>Espirales con Carne Picada y Tomate Gratinados Filete de Lenguado con Ensalada Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 712 H.C.: 36.7 % PROT: 17.1 % LIP: 46.4 %</p>	<p>Fabada con Chorizo, Zanahoria, Patata y Morcilla (Puré niños de 2 años) Tortilla Española con Ensalada de Lechuga, Tomate y Maíz Yogur de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 781 H.C.: 43.5 % PROT: 17.4 % LIP: 38.8 %</p>	<p>Paella de Pollo y Magro Escalope de Cerdo con Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 672 H.C.: 44.9 % PROT: 19.3 % LIP: 35.5 %</p>	<p>Puré de Verdura Variado: Calabacín, Zanahoria, Puerros, Judías y Acelgas Pollo en Salsa con Patatas Fritas Yogur de Frutas, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 569 H.C.: 40.3 % PROT: 18.9 % LIP: 40.8 %</p>	<p>Lentejas con Chorizo, Cebolla y Zanahoria Braseado de Ternera en Salsa con Puré de Patata Fruta del Tiempo, Pan y Leche</p> <p>KCAL: 636 H.C.: 44.2 % PROT: 20.3 % LIP: 35.4 %</p>
MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS	MERIENDAS
BOCADILLO DE PATÉ, CHORIZO, SALCHICHÓN O SALAMI	BOCADILLO DE MORTADELA 2 AÑOS: BOLLO Y LECHE	BOCADILLO DE NOCILLA	FRUTA Y GALLETAS	YOGUR Y GALLETAS