


OCTUBRE 2020		Días	Desayuno	Media mañana	Almuerzo	Merienda	Cena	Kc	NUTRIENTES %	
<b>2ª SEMANA</b> 	Lunes	05	Café Leche Cola cao Pan ecológico Aceite de oliva virgen extra Embutido Dulce	Bocadillo de media mañana	-Lentejas -Calamares fritos -Ensalada mixta con espárragos. -Fruta del tiempo -Pan ecológico	Leche o zumo Bocadillo	-Arroz con tomate -Muslos de pollo al horno - Patatas fritas - Fruta del tiempo -Pan ecológico	2491	Lip: 34.5% Prot: 12.5% HC: 53%	
	Martes	06	Café Leche Cola cao Pan ecológico Aceite de oliva virgen extra Embutido Dulce	Bocadillo de media mañana	-Macarrones con tomate -Montaditos de lomo a la plancha. -Ensalada mixta. - Natillas -Pan ecológico	Leche o zumo Bocadillo	-Sopa de picadillo -Varitas de merluza -Guisantes salteados - Fruta del tiempo -Pan ecológico	2652	Lip: 30.5% Prot: 16.7% HC: 52.8%	
	Miércoles	07	Café Leche Cola cao Pan ecológico Aceite de oliva virgen extra Embutido Dulce	Bocadillo de media mañana	-Paella -Magro con tomate -Menestra. - Fruta del tiempo -Pan ecológico	Leche o zumo Bocadillo	-Crema de zanahoria -Tortilla de patatas -Picadillo de tomate - Fruta del tiempo -Pan ecológico	2553	Lip: 30% Prot: 14.9% HC: 55.1%	
	Jueves	08	Café Leche Cola cao Pan ecológico Aceite de oliva virgen extra Embutido Dulce	Bocadillo de media mañana	-Cazuela de patatas campera -Merluza frita -Ensalada griega - Fruta del tiempo -Pan ecológico	Leche o zumo Bocadillo	-Ensalada de pasta -Salchichas Frankfurt de pollo -Judías verdes salteadas -Yogur -Pan ecológico	2529	Lip: 33% Prot: 15.7% HC: 51.3%	
	Viernes	09	Café Leche Cola cao Pan ecológico Aceite de oliva virgen extra Embutido Dulce	Bocadillo de media mañana	-Cocido malagueño de garbanzos y verduras -Fogonero en salsa de tomate -Ensalada de la huerta - Fruta del tiempo -Pan ecológico	Leche o zumo Bocadillo	-Sopa de estrellitas. -Salchichas Frankfurt de pollo -Judías verdes salteadas -Yogur -Pan ecológico	2553	Lip: 30% Prot: 14.9% HC: 55.1%	
	Sábado	10								
	Domingo	11								

Catering Mendoza y Palomo, S.L. Telf.: 952 32 69 47 Fax: 952 32 12 80. Calle Atajate Nº 22-A. Polígono La Estrella. 29006 Málaga

El aceite de oliva utilizado en la elaboración de los menús es Aceite de oliva virgen extra.  
La carne utilizada en los menús es magra.  
La sal utilizada en los menús es sal yodada.  
Bebida: Agua

ALÉRGICOS													
GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	CACAHUETES	FRUTOS CÁCARA	SULFITOS	SÉSAMO	APIO	CRUSTÁCEOS	MOLUSCOS	SOJA	MOSTAZA	LEGUMBRES