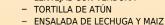
## TRILEMA EL PILAR

**ABRIL 2024** BASAL



		DASAL	321	× 6
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02 Kcal 624 P. 21 Lip. 19 H.C. 86	03 Kcal 695 P. 26 Lip. 23 H.C. 87	04 Kcal 574 P. 24 Lip. 11 H.C. 87	05 Kcal 541 P. 31 Lip. 17 H.C. 59
	<ul> <li>CODITOS CON SALSA DE TOMATE Y ORÉGANO</li> <li>HAMBURGUESA MIXTA EN SALSA CON CHAMPIÑÓN Y ZANAHORIA</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>ALUBIAS PINTAS GUISADAS</li> <li>TORTILLA DE CHORIZO</li> <li>ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS</li> <li>LÁCTEO Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>ARROZ MELOSO</li> <li>MERLUZA A LA ROMANA</li> <li>ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>PURÉ DE PUERRO Y ZANAHORIA</li> <li>ESTOFADO DE AVE CON PATATAS</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>
08 Kcal 646 P. 22 H.C. 91	09 Kcal 643 P. 31 Lip. 11 H.C. 99	10 Kcal 582 P. 31 Lip. 15 H.C. 74	11 Kcal 591 P. 31 Lip. 6 H.C. 94	12 Kcal 530 P. 23 Lip. 15 H.C. 71
<ul> <li>LENTEJAS CON CHORIZO</li> <li>TORTILLA FRANCESA</li> <li>EMPANADILLAS DE ATÚN</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA</li> <li>ABADEJO EMPANADO</li> <li>ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>CREMA DE CALABAZA</li> <li>JAMONCITOS DE POLLO EN PEPITORIA         CON HUEVO Y PATATA</li> <li>LÁCTEO Y PAN</li> </ul>	ARROZ BLANCO CON TOMATE     CARNE ASADA CON ZANAHORIA ASADA     A LAS FINAS HIERBAS     FRUTA FRESCA Y PAN	- SOPA DE COCIDO
15 Kcal 505 P. 18 H.C. 60	16 Kcal 814 P. 26 Lip. 42 H.C. 76	17 Kcal 579 P. 28 Lip. 11 H.C. 85	18 Kcal 474 P. 15 Lip. 12 H.C. 67	19 Kcal 543 P. 15 Lip. 19 H.C. 70
<ul> <li>JUDÍAS VERDES CON TOMATE</li> <li>SALCHICHAS FRESCAS</li> <li>PATATAS</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS</li> <li>TORTILLA ESPAÑOLA</li> <li>ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>PATATAS GRATINADAS</li> <li>MERLUZA A LA RIOJANA CON TOMATE Y VERDURAS</li> <li>LÁCTEO Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>CREMA DE CALABACÍN</li> <li>ALBÓNDIGAS EN SALSA CON CALABAZA Y CHAMPIÑONES</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>	<ul> <li>SOPA DE PICADILLO</li> <li>NUGGETS DE POLLO</li> <li>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</li> <li>FRUTA FRESCA Y PAN</li> </ul>
22 Kcal 582 P. 22 Lip. 13 H.C. 87	23 Kcal 607 P. 43 H.C. 65	24 Kcal 704 P. 34 Lip. 18 H.C. 95	25 Kcal 700 P. 48 Lip. 19 H.C. 80	26 Kcal 681 P. 31 Lip. 19 H.C. 85
<ul><li>LENTEJAS CON VERDURA</li><li>TORTILLA DE ATÚN</li></ul>	<ul><li>SOPA DE LETRAS</li><li>LIBRITOS DE LOMO</li></ul>	<ul><li>ARROZ RIOJANO</li><li>BOQUERONES ANDALUZA</li></ul>	<ul> <li>GARBANZOS SALTEADOS CON AJO Y PIMENTÓN</li> </ul>	<ul><li>CREMA DE VERDURAS</li><li>RAGOUT DE TERNERA CON VERDURAS</li></ul>



FRUTA FRESCA Y PAN

SALTEADO DE VERDURAS

- FRUTA FRESCA Y PAN

CÍTRICOS

LÁCTEO Y PAN

- ENSALADA DE LECHUGA CON ALIÑO DE

- POLLO ASADO A LA PROVENZAL

Fruta

- PATATAS

- FRUTA FRESCA Y PAN

PASTA AL AJILLO

- FRUTA ECOLÓGICA Y PAN

Kcal 673 Lip. 21

- FRUTA FRESCA Y PAN

Kcal 398

PURÉ DE ZANAHORIAS

- LACÓN A LA GALLEGA CON CACHELOS

H.C. 61

- FRUTA FRESCA Y PAN

H.C. 92 CODITOS CON TOMATE

- FILETES RUSOS EN SALSA CON **VERDURAS** 

Menús diseñados por nuestro Departamento de Nutrición, compuesto por técnicos superiores en dietética y dietistas-nutricionistas colegiados. Este establecimiento tiene disponible para su consulta la información relativa a la presencia de alérgenos de nuestros productos. Este punto indica los platos y días con productos ecológicos certificados o de procedencia Fruta

Arroz, pasta, patata o legumbre -Verduras Carnes Pescados Huevo

Lácteo

ALIMENTOS CONSUMIDOS EN LA COMIDA SUGERENCIA PARA LA CENA Verduras u hortalizas crudas o cocinadas Arroz, pasta o patata Pescado o huevo Carne o huevo Pescado o carne Lácteo o fruta

