



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			- Día 1 - Crema de calabacin Filete de pollo en salsa con patatas Pan y Yogur natural Kcal:414 Prot:22,6 Lip:16 HC:48,6	- Día 2 - Lentejas con arroz y verduras Filete de merluza a la naranja c/ Lechuga y zanahoria Pan y Manzana Kcal:439 Prot:23 Lip:7,9 HC:73,4
- Día 5 - Crema vichy Ragout de ternera en salsa con patatas Pan y Pera Kcal:460 Prot:18 Lip:21,4 HC:53,3	- Día 6 - Coditos con salsa de tomate Filete de abadejo en salsa con daditos de calabaza Pan y Naranja Kcal:377 Prot:15,9 Lip:11,2 HC:56,3	- Día 7 - Judias pintas estofadas con verduras Tortilla española c/ Lechuga y maiz Pan y Platano Kcal:515 Prot:19,5 Lip:12,9 HC:82	- Día 8 - Arroz integral con pollo Albondigas de pescado en salsa con guisantes Pan y Yogur natural Kcal:476 Prot:26,3 Lip:13,6 HC:65,3	- Día 9 - Sopa de cocido Cocido madrileño completo Pan y Manzana Kcal:513 Prot:21,2 Lip:19,7 HC:67,3
	- Día 13 - Alubias blancas a la horfelana Filete de merluza al estilo del cheff Pan y Pera Kcal:442 Prot:26,8 Lip:8,4 HC:68,7	- Día 14 - Espirales blancos salteados al ajillo con iamon serrano Ragout de pollo a la jardinera con patatas Pan y Manzana Kcal:576 Prot:38,7 Lip:17,9 HC:67,9	- Día 15 - Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza en salsa de tomate Pan y Yogur natural Kcal:447 Prot:29,3 Lip:9,5 HC:64,4	- Día 16 - Coliflor con queso Salchichas de pavo en su jugo c/ Lechuga y maiz Pan y Pera Kcal:605 Prot:30,4 Lip:22,3 HC:56,4
- Día 19 - Arroz blanco con salsa de tomate Albondigas burger meat mixta a la jardinera Pan y Manzana Kcal:558 Prot:16,8 Lip:24,3 HC:72,5	- Día 20 - Sopa de cocido Cocido madrileño completo Pan y Naranja Kcal:499 Prot:21,5 Lip:19,2 HC:63,5	- Día 21 - Macarrones blancos salteados con verduras Filete de abadejo con patata panadera Pan y Platano Kcal:404 Prot:15,5 Lip:12,6 HC:60,6	- Día 22 - Crema de calabaza con queso Filete de pollo con jardinera de verduras Pan y Yogur liquido Kcal:481 Prot:34 Lip:16,1 HC:53,6	- Día 23 - Judias pintas estofadas con verduras Filete de bacalao rebozado c/ Lechuga Pan y Pera Kcal:562 Prot:27 Lip:13,8 HC:86,3
- Día 26 - Crema de judias verdes Magro de cerdo en salsa con verduritas y patatas Pan y Clementina Kcal:345 Prot:18,1 Lip:10 HC:50,2	- Día 27 - Lentejas estofadas con Verduras Tortilla francesa c/ Lechuga y remolacha Pan y Manzana Kcal:503 Prot:22,2 Lip:11,5 HC:81,3	- Día 28 - Arroz a la milanesa Figuritas de pescado c/ Lechuga y maiz Pan y Pera Kcal:524 Prot:22,6 Lip:19,3 HC:69,4	- Día 29 - Sopa de estrellas Ragout de ternera en salsa con verduras Pan y Yogur natural Kcal:425 Prot:20,3 Lip:22,2 HC:39	- Día 30 - Patatas guisadas con verduras Filete de merluza en salsa con daditos de zanahoria Pan y Naranja Kcal:337 Prot:16,9 Lip:9,3 HC:50



GLUTEN HUEVO PESCADO MOLUSCO SOJA ALTRAMUCES LECHE SÉSAMO FRUTOS DE CÁSCARA APIO MOSTAZA SULFITOS CACAHUETE CRUSTÁCEOS

Este Menú ha sido valorado por el Departamento de Nutrición e Higiene Alimentaria de Enasui (R. S. 2610104-M/ ISO 9001: 2008 N° EC-2930/07). Podrá acceder a este menú a través de nuestra página web [www.enasui.com](http://www.enasui.com) entrando en "Área de Clientes" y registrándose como usuario - Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011. Pueden solicitar al personal de ENASUI la información de sustancias que pueden causar alergias o intolerancias

