


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
GLUTEN ⓘ HUEVO Ⓞ PESCADO Ⓞ MOLUSCO Ⓞ SOJA Ⓞ ALTRAMUCES Ⓞ LECHE Ⓞ SÉSAMO ⓘ FRUTOS DE CÁSCARA ⓘ APIO Ⓞ MOSTAZA ⓘ SULFITOS ⓘ CACAHUETE ⓘ CRUSTÁCEOS ⓘ				
<h1>MENÚ BASAL EI ACUARELA</h1> <h2>SEPTIEMBRE 2018</h2>				
				
<b>-DÍA 3-</b> Arroz con tomate  Filete de pollo empanado con lechuga ⓘ  Melocotón y pan ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 4-</b> Sopa de cocido ⓘ ⓘ  Cocido madrileño completo Ⓞ  Yogur sabor y pan ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 5-</b> Patatas a la riojana Ⓞ  Varitas de merluza con lechuga y maíz ⓘ ⓘ  Melón y pan ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 6-</b> Crema de calabaza y calabacín Ⓞ  Cinta de lomo adobada al horno con verduras ⓘ ⓘ  Yogur sabor y pan ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 7-</b> Macarrones con salsa de tomate y queso rallado ⓘ ⓘ ⓘ  Albóndigas de ternera en salsa con patatas ⓘ ⓘ ⓘ  Manzana y pan ⓘ ⓘ ⓘ
Kcal:721 Prot:21 Lip:19 HC:115	Kcal:710 Prot:37 Lip:20 HC:88	Kcal:457 Prot:22 Lip:13 HC:61	Kcal:732 Prot:34 Lip:36 HC:64	Kcal:771 Prot:30 Lip:32 HC:88
<b>-DÍA 10-</b> Crema de judías verdes Ⓞ  Figuritas de pescado con lechuga ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ  Yogur sabor y pan ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 11-</b> Sopa de picadillo ⓘ ⓘ ⓘ  Hamburguesa de ternera en salsa con patatas dado ⓘ ⓘ ⓘ  Sandía y pan ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 12-</b> Alubias blancas estofadas con chorizo Ⓞ  Tortilla española con lechuga ⓘ  Natillas de vainilla y pan ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 13-</b> Farfalle a la napolitana ⓘ ⓘ  Figuritas de pescado con lechuga ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ  Plátano y pan ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 14-</b> Crema de zanahoria y puerro Ⓞ  Pollo asado al limón con lechuga Ⓞ  Melocotón y pan ⓘ ⓘ ⓘ
Kcal:580 Prot:23 Lip:28 HC:57	Kcal:828 Prot:29 Lip:39 HC:87	Kcal:729 Prot:35 Lip:36 HC:90	Kcal:472 Prot:25 Lip:15 HC:59	Kcal:596 Prot:29 Lip:22 HC:68
<b>-DÍA 17-</b> Espirales con tomate ⓘ ⓘ  Skipper de bacalao con lechuga ⓘ ⓘ  Melón y pan ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 18-</b> Lentejas a la riojana Ⓞ  Tortilla francesa con lechuga ⓘ  Yogur sabor y pan ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 19-</b> Crema de brócoli Ⓞ  San Jacobo con lechuga y maíz ⓘ ⓘ ⓘ  Melocotón y pan ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 20-</b> Sopa de cocido ⓘ ⓘ  Cocido madrileño completo Ⓞ  Yogur sabor y pan ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 21-</b> Arroz con tomate  Ragout de ternera con patata cuadro Ⓞ  Manzana y pan ⓘ ⓘ ⓘ
Kcal:686 Prot:29 Lip:22 HC:89	Kcal:746 Prot:41 Lip:28 HC:75	Kcal:526 Prot:17 Lip:23 HC:59	Kcal:710 Prot:37 Lip:20 HC:88	Kcal:678 Prot:46 Lip:14 HC:92
<b>-DÍA 24-</b> Lentejas estofadas con verduras Ⓞ  Filete de Merluza rebozado con lechuga ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ  Yogur sabor y pan ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 25-</b> Lacitos con salsa de tomate y york ⓘ ⓘ ⓘ  Jamoncitos de pollo en salsa con lechuga y zanahoria  Pera y pan ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 26-</b> Crema de verduras Ⓞ  Albóndigas de ternera en salsa con verduras ⓘ ⓘ  Yogur sabor y pan ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 27-</b> Judías pintas a la hortelana Ⓞ  Huevos Villarroy con lechuga y maíz ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ ⓘ  Manzana y pan ⓘ ⓘ ⓘ	<b>-DÍA 28-</b> Marmitako Ⓞ Ⓞ  Cinta de lomo adobada en salsa de manzana ⓘ  Plátano y pan ⓘ ⓘ ⓘ
Kcal:795 Prot:46 Lip:35 HC:66	Kcal:769 Prot:29 Lip:30 HC:94	Kcal:612 Prot:26 Lip:26 HC:64	Kcal:700 Prot:26 Lip:18 HC:100	Kcal:513 Prot:26 Lip:13 HC:70

Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, pueden informarse en la web [www.enasui.com](http://www.enasui.com) de las sustancias que pueden causar alergias o intolerancias.

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 clientes" y registrándose.

