

JULIO 2017

BASAL HIPOSODICO

3	4	5	6	7
<p>Crema de verduras</p> <p>Ragout de ternera</p> <p>Lechuga, maiz, esparragos</p> <p>Natillas</p> <p>Kcal. 682,80 Pt. 39,53 Lip. 27,26 HC. 69,83</p>	<p>Garbanzos estofados</p> <p>Bacalao empanado</p> <p>Lechuga, remolacha, soja</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 604,21 Pt. 31,27 Lip. 18,33 HC. 78,57</p>	<p>Ensalada campera</p> <p>Escalope de pollo asado</p> <p>Con zanahoria baby</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 677,25 Pt. 36,50 Lip. 23,16 HC. 75,36</p>	<p>Arroz Murciano</p> <p>Palometa en salsa de champiñón</p> <p>Lechuga, maiz, tomate cherry</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 665,30 Pt. 30,36 Lip. 18,19 HC. 92,41</p>	<p>Judías verdes salteadas</p> <p>Lomo de cerdo adobado en salsa jardinera</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 819,56 Pt. 36,82 Lip. 37,86 HC. 76,66</p>
10	11	12	13	14
<p>Lentejas a la campesina</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, maiz, esparragos</p> <p>Yogur</p> <p>Kcal. 758,24 Pt. 36,28 Lip. 27,97 HC. 85,33</p>	<p>Ensalada de pasta</p> <p>Filete de pollo al ajillo</p> <p>Lechuga, remolacha, soja</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 786,83 Pt. 49,33 Lip. 29,08 HC. 78,68</p>	<p>Crema de calabaza</p> <p>Hamburguesa de ternera</p> <p>Con guisantes y patatas</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 695,68 Pt. 24,04 Lip. 29,29 HC. 81,20</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 803,13 Pt. 34,19 Lip. 27,73 HC. 98,17</p>	<p>Arroz blanco con salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa de zanahoria</p> <p>Lechuga, cebolla, zanahoria</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 772,93 Pt. 30,81 Lip. 30,50 HC. 90,78</p>
17	18	19	20	21
<p>Ensaladilla rusa</p> <p>Jamoncitos de pollo al limón</p> <p>Lechuga, maiz, esparragos</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 727,87 Pt. 44,69 Lip. 31,02 HC. 63,76</p>	<p>Alubias pintas estofadas</p> <p>Salmón en salsa de curry</p> <p>Lechuga, remolacha, soja</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 639,88 Pt. 31,94 Lip. 21,51 HC. 70,58</p>	<p>Macarrones con tomate</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Lechuga, zanahoria, aceituna verde</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 643,00 Pt. 17,08 Lip. 27,93 HC. 76,94</p>	<p>Crema de calabacín</p> <p>Estofado de cerdo con verduras</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 637,48 Pt. 40,59 Lip. 22,16 HC. 65,71</p>	<p>Paeña de verduras</p> <p>Filete de merluza a la hortelana</p> <p>Yogur</p> <p>Kcal. 606,89 Pt. 29,59 Lip. 13,61 HC. 91,49</p>
24	25	26	27	28
<p>Patatas guisadas a la marinera</p> <p>Croquetas de jamón</p> <p>Lechuga, maiz, esparragos</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 663,03 Pt. 21,05 Lip. 21,63 HC. 92,18</p>	<p>Sopa de cocido con fideos</p> <p>Cocido completo</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 783,07 Pt. 29,53 Lip. 27,84 HC. 95,63</p>	<p>Ensalada de lentejas</p> <p>Filete de merluza al donosti</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 677,11 Pt. 31,52 Lip. 25,45 HC. 80,49</p>	<p>Crema de coliflor</p> <p>Escalope de pollo asado</p> <p>Ensalada de lechuga, cebolla y zanahoria</p> <p>Natillas</p> <p>Kcal. 628,53 Pt. 35,37 Lip. 29,86 HC. 54,55</p>	<p>Macarrones boloñesa</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada lechuga, zanahoria y aceituna verde</p> <p>Fruta</p> <p>Kcal. 737,51 Pt. 30,69 Lip. 34,11 HC. 71,29</p>
30				
<p>Arroz con pollo</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Lechuga, maiz, esparragos</p> <p>Yogur</p>				