



MENÚ ABRIL 2024

C.P.E.E. FUNDACIÓN GOYENECHÉ



¡Visita nuestra web para ver las recomendaciones de cenas!

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA DEL 1 AL 5		15102 - ARROZ BLANCO CON TOMATE 27418 - FLAMENQUIN DE POLLO (1, 6, 12) 80313 - PISTO DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:773 Gr.:22 HC:121 Pro: 67	12805 - FIDEUA DE VEGETALES (pimientos, cebolla, guisantes y judías verdes) (1)(Tr.:3) 21405 - FILETES DE MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4) 80200 - ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL (1) KCal:695 Gr.:18 HC:98 Pro: 29	11202 - JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS CON CHORIZO 22212 - TORTILLA DE QUESO (3, 7) 80200 - ENSALADA YOGUR (7) PAN BLANCO (1) KCal:604 Gr.:26 HC:50 Pro: 33	14113 - PURE DE GUISANTES 23102 - ALBONDIGAS CON TOMATE (1, 6)(Tr.:9, 10, 12) 80005 - PATATAS DADO FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:802 Gr.:33 HC:92 Pro: 19
SEMANA DEL 8 AL 12	11303 - LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO (Tr.:1) 21504 - SALMON AL HORNO CON SALSAS DE NARANJA (4) 80200 - ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:719 Gr.:22 HC:84 Pro: 35	14102 - PURE DE VERDURAS DE TEMPORADA 25105 - FILETE DE POLLO EMPANADO (1, 3) 80328 - ARROZ INTEGRAL YOGUR (7) PAN BLANCO (1) KCal:582 Gr.:22 HC:70 Pro: 22	12405 - ESPAGUETIS A LA CARBONARA (con nata, queso y bacon) (1, 7)(Tr.:3) 21614 - BACALAO EN SALSAS (al horno con salsa de cebolla, ajo y perejil) (4) 80200 - ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL (1) KCal:657 Gr.:18 HC:90 Pro: 27	12707 - SOPA DE COCIDO CON FIDEOS (1)(Tr.:3) 114231 - COCIDO MADRILEÑO (garbanzo ecológico, morcillo, pollo, chorizo, jamón y verduras) FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:696 Gr.:16 HC:100 Pro: 28	13302 - JUDIAS VERDES REHOGADAS 23201 - HAMBURGUESA AL HORNO (1, 6, 12) 80001 - PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:604 Gr.:21 HC:80 Pro: 18
SEMANA DEL 15 AL 19	12607 - MACARRONES CON TOMATE Y QUESO (1, 7)(Tr.:3) 21416 - MERLUZA AL HORNO EN SALSAS VERDES (4) 80200 - ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:659 Gr.:19 HC:93 Pro: 23	13701 - BROCOLI REHOGADO 25510 - POLLO ASADO A LA NARANJA 80001 - PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:593 Gr.:23 HC:70 Pro: 19	14504 - CREMA DE PUERROS (7) 23401 - MAGRO DE CERDO GUISADO CON SALSAS DE TOMATE 80328 - ARROZ INTEGRAL FRUTA DE TEMPORADA PAN INTEGRAL (1) KCal:658 Gr.:20 HC:86 Pro: 25	11201 - JUDIAS BLANCAS A LA ESPAÑOLA (guisadas con tomate, cebolla, pimientos y puerro) 21603 - BACALAO REBOZADO (1, 3, 4) 80200 - ENSALADA YOGUR (7) PAN BLANCO (1) KCal:540 Gr.:21 HC:53 Pro: 28	15101 - ARROZ A LA MILANESA (con guisantes, zanahoria, maíz, salchichas y york) (6) 22203 - TORTILLA FRANCESA (3) 80200 - ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:676 Gr.:18 HC:102 Pro: 21
SEMANA DEL 22 AL 26	14103 - PURE DE CALABACIN 27414 - LASAÑA DE CARNE (cerdo y ternera) (1, 7)(Tr.:2, 3, 4, 6, 14) FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:577 Gr.:17 HC:82 Pro: 17	13201 - GUISANTES REHOGADOS CON JAMON YORK (Tr.:6) 26103 - RAQOUT DE PAVO (pavo estofado con cebolla, puerro y zanahoria) 80001 - PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:673 Gr.:24 HC:82 Pro: 25	12707 - SOPA DE COCIDO CON FIDEOS (1)(Tr.:3) 114231 - COCIDO MADRILEÑO (garbanzo ecológico, morcillo, pollo, chorizo, jamón y verduras) YOGUR (7) PAN INTEGRAL (1) KCal:586 Gr.:17 HC:72 Pro: 29	16244 - PATATAS GUISADAS CON VERDURAS Y CHORIZO 22101 - HUEVOS COCIDOS CON ATUN Y TOMATE (3, 4) 80200 - ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:724 Gr.:24 HC:90 Pro: 29	11507 - JUDIAS PINTAS GUISADAS CON ARROZ BLANCO 21403 - MERLUZA AL HORNO (4) 80200 - ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:576 Gr.:14 HC:83 Pro: 21
SEMANA DEL 29 AL 30	113011 - LENTEJAS ECOLOGICAS GUISADAS CON VERDURAS DE TEMPORADA (Tr.:1) 22203 - TORTILLA FRANCESA (3) 80200 - ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:646 Gr.:17 HC:85 Pro: 29	13503 - ESPINACAS CON QUESO (7) 25201 - JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO 80001 - PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN BLANCO (1) KCal:686 Gr.:28 HC:66 Pro: 38	Con el menú se ofrece agua todos los días, además de leche (como complemento opcional), el día que hay fruta de postre. La fruta y la guarnición de ensaladas variarán diariamente.		LEYENDA: PLATO ECOLOGICO PLATO DE TEMPORADA PLATO INTEGRAL

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Alirsa.

Usuario Web Alirsa.com: fundaciongoyeneche - Contraseña: acpt004