

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

.Crema de calabaza - Día 3 -	.Lentejas estofadas con verduras - Día 4 -	*Judias verdes rehogadas - Día 5 -	Macarrones a la Napolitana - Día 6 -	.Sopa de Cocido - Día 7 -
Hamburguesa completa c/ Patatas fritas Pan y Fruta Kcal:535 Prot:18,2 Lip:26,6 HC:59,3	Filete de Merluza Rebozado c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:312 Prot:15,2 Lip:4,3 HC:56,6	Lomo de Sajonia en salsa con patatas Pan y Fruta Kcal:399 Prot:15,1 Lip:23,1 HC:36	.Tortilla Francesa c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:506 Prot:18 Lip:14,2 HC:79,1	.Cocido Madrileño completo Pan y Fruta Kcal:457 Prot:20,8 Lip:19,2 HC:57,2
.Crema Parmentier - Día 10 -	Lentejas estofadas con chorizo - Día 11 -	.Farfalle a la Napolitana - Día 12 -	Sopa de lluvia - Día 13 -	Alubias blancas a la hortelana - Día 14 -
.San Jacobo c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:391 Prot:12,3 Lip:8,8 HC:66,7	Jamoncitos de pollo en su jugo c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:603 Prot:38,3 Lip:17,3 HC:77,2	Huevos fritos con patatas Pan y Fruta Kcal:573 Prot:18,3 Lip:23,1 HC:76,4	Filete de ternera con patatas Pan y Fruta Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1	*Bacalao al horno c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:403 Prot:26,5 Lip:8 HC:59,4
*Arroz tres delicias - Día 17 -	Canelones de carne - Día 18 -	.Garbanzos estofados - Día 19 -	.Crema de verduras - Día 20 -	.Patatas guisadas a la Riojana - Día 21 -
Salchichas frescas con patatas Pan y Fruta Kcal:524 Prot:16,2 Lip:29,1 HC:50,6	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín Pan y Postre Lácteo Kcal:421 Prot:19,5 Lip:13,7 HC:57,1	.Tortilla Española c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:314 Prot:35,3 Lip:5,2 HC:38,2	Jamoncitos de pollo con patatas Pan y Fruta Kcal:344 Prot:20,4 Lip:12,3 HC:41,3	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Pan y Fruta Kcal:298 Prot:15,6 Lip:10 HC:39,7
.Arroz con tomate - Día 24 -	.Judias pintas con verduras - Día 25 -	*Guisantes rehogados con cebolla - Día 26 -	Espaguetis con tomate y queso - Día 27 -	- Día 28 -
Filete de merluza en salsa con verduritas Pan y Fruta Kcal:360 Prot:13,7 Lip:8,1 HC:53,8	.Tortilla Francesa c/ Lechuga Pan y Fruta Kcal:459 Prot:20,9 Lip:9,9 HC:74	Cinta de lomo fresca en su jugo c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:519 Prot:30,6 Lip:20,3 HC:56,9	Filete de pollo en salsa con daditos de calabacín Pan y Fruta Kcal:842 Prot:38,2 Lip:18 HC:142,7	

¡Hoy no hay Cole!

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos en algunos platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados

Ecológicamente Responsables

Alimentación Neurosaludable

Certificaciones de calidad

Concienciados Socialmente

Alimentos de proximidad



Se ofrecerá Diariamente una opción de Verdura

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

.Crema de calabaza - Día 3 -	.Lentejas estofadas con verduras - Día 4 -	*Judias verdes rehogadas - Día 5 -	Macarrones blancos con champiñones - Día 6 -	.Sopa de Cocido - Día 7 -
Hamburguesa burger meat mixta a la plancha c/ Patatas fritas Pan y Fruta Kcal:604 Prot:23 Lip:36,8 HC:48,6	Filete de merluza al horno c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:312 Prot:15,2 Lip:4,3 HC:56,6	*Lomo de sajonia encebollada con calabacin Pan y Fruta Kcal:291 Prot:19,9 Lip:9,3 HC:35,3	.Tortilla Francesa c/ Lechuga Pan y Yogur desnatado Kcal:448 Prot:18,6 Lip:13,2 HC:66,5	Cocido madrileño sin embutidos Pan y Fruta Kcal:441 Prot:22 Lip:9,6 HC:69,9
.Crema Parmentier - Día 10 -	.Lentejas estofadas con verduras - Día 11 -	Farfalle rehogados con verduras - Día 12 -	Sopa de lluvia - Día 13 -	Alubias blancas a la hortelana - Día 14 -
Cinta de lomo fresca en su jugo c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:402 Prot:23,7 Lip:17 HC:42,1	Jamoncitos de pollo en su jugo c/ Lechuga Pan y Yogur desnatado Kcal:514 Prot:34,9 Lip:14,4 HC:64,4	.Tortilla Francesa con jamón york Pan y Fruta Kcal:408 Prot:20,8 Lip:16,4 HC:47,3	Filete de ternera con patatas Pan y Fruta Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1	*Bacalao al horno c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:403 Prot:26,5 Lip:8 HC:59,4
*Arroz tres delicias - Día 17 -	Coditos blancos salteados con champiñon - Día 18 -	.Garbanzos estofados - Día 19 -	.Crema de verduras - Día 20 -	Patatas guisadas con verduras - Día 21 -
Salchichas frescas con patatas Pan y Fruta Kcal:524 Prot:16,2 Lip:29,1 HC:50,6	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacin Pan y Yogur desnatado Kcal:378 Prot:19,8 Lip:11,1 HC:53,1	.Tortilla Francesa c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:314 Prot:35,3 Lip:5,2 HC:38,2	Jamoncitos de pollo con patatas Pan y Fruta Kcal:344 Prot:20,4 Lip:12,3 HC:41,3	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Pan y Fruta Kcal:287 Prot:14,1 Lip:7,9 HC:43,4
Arroz con calabacin - Día 24 -	.Judias pintas con verduras - Día 25 -	*Guisantes rehogados con cebolla - Día 26 -	Espaguetis salteados con verduritas - Día 27 -	- Día 28 -
Filete de merluza en salsa con verduritas Pan y Fruta Kcal:337 Prot:13,5 Lip:9,9 HC:51,5	.Tortilla Francesa c/ Lechuga Pan y Fruta Kcal:459 Prot:20,9 Lip:9,9 HC:74	Cinta de lomo fresca en su jugo c/ Lechuga Pan y Yogur desnatado Kcal:472 Prot:31,1 Lip:19,8 HC:45,6	Filete de pollo en salsa con daditos de calabacin Pan y Fruta Kcal:630 Prot:28,8 Lip:16,4 HC:102,4	

¡Hoy no hay Cole!

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos en algunos platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados

Ecológicamente Responsables

Alimentación Neurosaludable

Certificaciones de calidad

Concienciados Socialmente

Alimentos de proximidad



Se ofrecerá Diariamente una opción de Verdura

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

.Crema de calabaza - Día 3 -	.Lentejas estofadas con verduras - Día 4 -	*Judias verdes rehogadas - Día 5 -	Macarrones a la Napolitana - Día 6 -	.Sopa de Cocido - Día 7 -
Hamburguesa completa c/ Patatas fritas Pan y Fruta Kcal:535 Prot:18,2 Lip:26,6 HC:59,3	Filete de Merluza Rebozado c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:312 Prot:15,2 Lip:4,3 HC:56,6	Lomo de Sajonia en salsa con patatas Pan y Fruta Kcal:399 Prot:15,1 Lip:23,1 HC:36	.Tortilla Francesa c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:506 Prot:18 Lip:14,2 HC:79,1	.Cocido Madrileño completo Pan y Fruta Kcal:457 Prot:20,8 Lip:19,2 HC:57,2
.Crema Parmentier - Día 10 -	Lentejas estofadas con chorizo - Día 11 -	.Farfalle a la Napolitana - Día 12 -	Sopa de lluvia - Día 13 -	Alubias blancas a la hortelana - Día 14 -
San Jacobo c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:391 Prot:12,3 Lip:8,8 HC:66,7	Jamoncitos de pollo en su jugo c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:603 Prot:38,3 Lip:17,3 HC:77,2	Huevos fritos con patatas Pan y Fruta Kcal:573 Prot:18,3 Lip:23,1 HC:76,4	Filete de ternera con patatas Pan y Fruta Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1	*Bacalao al horno c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:403 Prot:26,5 Lip:8 HC:59,4
*Arroz tres delicias - Día 17 -	*Coditos con salsa de tomate - Día 18 -	.Garbanzos estofados - Día 19 -	.Crema de verduras - Día 20 -	.Patatas guisadas a la Riojana - Día 21 -
Salchichas frescas con patatas Pan y Fruta Kcal:524 Prot:16,2 Lip:29,1 HC:50,6	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín Pan y Postre Lácteo Kcal:437 Prot:19,2 Lip:12,2 HC:65,7	.Tortilla Española c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:314 Prot:35,3 Lip:5,2 HC:38,2	Jamoncitos de pollo con patatas Pan y Fruta Kcal:344 Prot:20,4 Lip:12,3 HC:41,3	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Pan y Fruta Kcal:298 Prot:15,6 Lip:10 HC:39,7
.Arroz con tomate - Día 24 -	.Judias pintas con verduras - Día 25 -	*Guisantes rehogados con cebolla - Día 26 -	Espaguetis con tomate y queso - Día 27 -	- Día 28 -
Filete de merluza en salsa con verduritas Pan y Fruta Kcal:360 Prot:13,7 Lip:8,1 HC:53,8	.Tortilla Francesa c/ Lechuga Pan y Fruta Kcal:459 Prot:20,9 Lip:9,9 HC:74	Cinta de lomo fresca en su jugo c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:519 Prot:30,6 Lip:20,3 HC:56,9	Filete de pollo en salsa con daditos de calabacín Pan y Fruta Kcal:842 Prot:38,2 Lip:18 HC:142,7	

¡Hoy no hay Cole!

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos en algunos platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados

Ecológicamente Responsables

Alimentación Neurosaludable

Certificaciones de calidad

Concienciados Socialmente

Alimentos de proximidad



Se ofrecerá Diariamente una opción de Verdura

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

.Crema de calabaza - Día 3 -	.Patatas guisadas con verduras - Día 4 -	*Judias verdes rehogadas - Día 5 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 6 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 7 -
Hamburguesa de vacuno 100% al horno c/ Patatas fritas Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:428 Prot:18,3 Lip:33,9 HC:14,8	Filete de merluza al horno c/ Ensalada campestre Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:70 Prot:2,2 Lip:1,1 HC:13,2	Lomo de Sajonia en salsa con patatas Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:263 Prot:11,2 Lip:21,1 HC:7	.Tortilla Francesa c/ Lechuga Barra de pan sin gluten y Postre Lácteo Kcal:150 Prot:6,8 Lip:6,8 HC:14,6	.Cocido Madrileño completo Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:315 Prot:16,9 Lip:17,2 HC:28,2
.Crema Parmentier - Día 10 -	Coliflor al ajillo - Día 11 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 12 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 13 -	Alubias blancas a la hortelana - Día 14 -
Cinta de lomo fresca en salsa c/ Lechuga y tomate Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:266 Prot:19,8 Lip:15 HC:13,1	Jamoncitos de pollo en su jugo c/ Lechuga Barra de pan sin gluten y Postre Lácteo Kcal:220 Prot:17,5 Lip:13,4 HC:7,2	Huevos fritos con patatas Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:304 Prot:11 Lip:16,7 HC:27,5	Filete de ternera con patatas Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:21 Prot:1,3 Lip:1 HC:3,1	*Bacalao al horno c/ Lechuga y tomate Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:267 Prot:22,6 Lip:6 HC:30,4
*Arroz tres delicias - Día 17 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 18 -	.Garbanzos estofados - Día 19 -	.Crema de verduras - Día 20 -	.Patatas guisadas a la Riojana - Día 21 -
Salchichas frescas con patatas Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:388 Prot:12,3 Lip:27,1 HC:21,6	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín Barra de pan sin gluten y Postre Lácteo Kcal:80 Prot:8 Lip:4,8 HC:1,2	.Tortilla Española c/ Ensalada campestre Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:178 Prot:31,4 Lip:3,2 HC:9,2	Jamoncitos de pollo con patatas Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:208 Prot:16,5 Lip:10,3 HC:12,3	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:162 Prot:11,7 Lip:8 HC:10,7
.Arroz con tomate - Día 24 -	.Judias pintas con verduras - Día 25 -	*Guisantes rehogados con cebolla - Día 26 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 27 -	- Día 28 -
Filete de merluza en salsa con verduritas Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:224 Prot:9,8 Lip:6,1 HC:24,8	.Tortilla Francesa c/ Lechuga Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:323 Prot:17 Lip:7,9 HC:45	Cinta de lomo fresca en su jugo c/ Lechuga Barra de pan sin gluten y Postre Lácteo Kcal:296 Prot:22,8 Lip:17,3 HC:12,2	Filete de pollo en salsa con daditos de calabacín Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:144 Prot:12,9 Lip:9,4 HC:9,4	

*¡Hoy no hay
Cole!*

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos en algunos platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús
Equilibrados

Ecológicamente
Responsables

Alimentación
Neurosaludable

Certificaciones
de calidad

Concienciados
Socialmente

Alimentos
de proximidad



Se ofrecerá Diariamente una opción de Verdura



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

.Crema de calabaza - Día 3 -	.Lentejas estofadas con verduras - Día 4 -	*Judias verdes rehogadas - Día 5 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 6 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 7 -
Hamburguesa completa c/ Patatas fritas Pan y Fruta Kcal:535 Prot:18,2 Lip:26,6 HC:59,3	Filete de merluza al horno c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:312 Prot:15,2 Lip:4,3 HC:56,6	Lomo de Sajonia en salsa con patatas Pan y Fruta Kcal:399 Prot:15,1 Lip:23,1 HC:36	Ragout de ternera en salsa c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:564 Prot:21,6 Lip:33,4 HC:47,7	.Cocido Madrileño completo Pan y Fruta Kcal:451 Prot:20,8 Lip:19,2 HC:57,2
.Crema Parmentier - Día 10 -	Lentejas estofadas con chorizo - Día 11 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 12 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 13 -	Alubias blancas a la hortelana - Día 14 -
Cinta de lomo fresca en salsa c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:402 Prot:23,7 Lip:17 HC:42,1	Jamoncitos de pollo en su jugo c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:603 Prot:38,3 Lip:17,3 HC:77,2	Cinta de lomo fresca encebollada Pan y Fruta Kcal:246 Prot:19,4 Lip:6,2 HC:31,7	Filete de ternera con patatas Pan y Fruta Kcal:157 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1	*Bacalao al horno c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:403 Prot:26,5 Lip:8 HC:59,4
.Arroz con tomate - Día 17 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 18 -	.Garbanzos estofados - Día 19 -	.Crema de verduras - Día 20 -	.Patatas guisadas a la Riojana - Día 21 -
Salchichas frescas con patatas Pan y Fruta Kcal:581 Prot:14,6 Lip:31,3 HC:54	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín Pan y Postre Lácteo Kcal:303 Prot:15,8 Lip:7,8 HC:45,9	Ragout de ternera en salsa c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:314 Prot:35,3 Lip:5,2 HC:38,2	Jamoncitos de pollo con patatas Pan y Fruta Kcal:344 Prot:20,4 Lip:12,3 HC:41,3	.Filete de merluza en salsa con daditos de calabaza Pan y Fruta Kcal:298 Prot:15,6 Lip:10 HC:39,7
.Arroz con tomate - Día 24 -	.Judias pintas con verduras - Día 25 -	*Guisantes rehogados con cebolla - Día 26 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 27 -	- Día 28 -
Filete de merluza en salsa con verduritas Pan y Fruta Kcal:360 Prot:13,7 Lip:8,1 HC:53,8	Pollo asado en su jugo c/ Lechuga Pan y Fruta Kcal:475 Prot:29,3 Lip:13 HC:63,1	Cinta de lomo fresca en su jugo c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:519 Prot:30,6 Lip:20,3 HC:56,9	Filete de pollo en salsa con daditos de calabacín Pan y Fruta Kcal:280 Prot:16,8 Lip:11,4 HC:38,4	

¡Hoy no hay Cole!

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos en algunos platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados

Ecológicamente Responsables

Alimentación Neurosaludable

Certificaciones de calidad

Concienciados Socialmente

Alimentos de proximidad



Se ofrecerá Diariamente una opción de Verdura



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

.Crema de calabaza - Día 3 -	.Lentejas estofadas con verduras - Día 4 -	*Judias verdes rehogadas - Día 5 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 6 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 7 -
Hamburguesa completa	Filete de pollo al horno	Lomo de Sajonia en salsa con patatas	Ragout de ternera en salsa	.Cocido Madrileño completo
Pan y Fruta Kcal:423 Prot:17,5 Lip:16,6 HC:54,5	Pan y Fruta Kcal:451 Prot:38,6 Lip:9,4 HC:56,6	Pan y Fruta Kcal:399 Prot:15,1 Lip:23,1 HC:36	Pan y Postre Lácteo Kcal:553 Prot:21 Lip:33,2 HC:46,1	Pan y Fruta Kcal:451 Prot:20,8 Lip:19,2 HC:57,2
.Crema Parmentier - Día 10 -	Lentejas estofadas con chorizo - Día 11 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 12 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo) - Día 13 -	Alubias blancas a la hortelana - Día 14 -
Cinta de lomo fresca en salsa	Jamoncitos de pollo en su jugo	Cinta de lomo fresca encebollada	Filete de ternera con patatas	Pollo asado en su jugo
Pan y Fruta Kcal:402 Prot:23,7 Lip:17 HC:42,1	Pan y Postre Lácteo Kcal:593 Prot:37,7 Lip:17,1 HC:75,6	Pan y Fruta Kcal:246 Prot:19,4 Lip:6,2 HC:31,7	Pan y Fruta Kcal:157 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1	Pan y Fruta Kcal:464 Prot:28,7 Lip:12,8 HC:61,6
.Arroz con tomate - Día 17 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 18 -	.Garbanzos estofados - Día 19 -	.Crema de verduras - Día 20 -	.Patatas guisadas a la Riojana - Día 21 -
Salchichas frescas con patatas	.Filete de contramuslo de pollo con daditos de calabacín	Ragout de ternera en salsa	Jamoncitos de pollo con patatas	Cinta de lomo fresca en salsa con zanahoria baby
Pan y Fruta Kcal:581 Prot:14,6 Lip:31,3 HC:54	Pan y Postre Lácteo Kcal:347 Prot:20,6 Lip:11 HC:44,9	Pan y Fruta Kcal:644 Prot:48,5 Lip:35,4 HC:39,6	Pan y Fruta Kcal:344 Prot:20,4 Lip:12,3 HC:41,3	Pan y Fruta Kcal:371 Prot:23,8 Lip:14,3 HC:40,2
.Arroz con tomate - Día 24 -	.Judias pintas con verduras - Día 25 -	*Guisantes rehogados con cebolla - Día 26 -	Pasta (sin gluten/huevo) - Día 27 -	- Día 28 -
.Ragout de ternera con patatas	Pollo asado en su jugo	Cinta de lomo fresca en su jugo	Filete de pollo en salsa con daditos de calabacín	
Pan y Fruta Kcal:517 Prot:17,8 Lip:22,5 HC:56,4	Pan y Fruta Kcal:464 Prot:28,7 Lip:12,8 HC:61,6	Pan y Postre Lácteo Kcal:508 Prot:30 Lip:20 HC:55,4	Pan y Fruta Kcal:280 Prot:16,8 Lip:11,4 HC:38,4	

¡Hoy no hay Cole!

Este menú ha sido elaborado por el Departamento de Dietética y Nutrición de Enasui, S.L. (R.S. 2610104-M). Utilizamos en algunos platos Aceite de Oliva, Productos Integrales, Alimentos Neurosaludables, procedentes de Agricultura Ecológica y de Km "0". Los valores nutricionales se expresan en % sobre la energía total y en raciones de 100 gr. Atendiendo al Reglamento (UE) nº 1169/2011, los alérgenos correspondientes a cada plato están disponibles en la dirección www.enasui.com, o en el teléfono 918729230 Ext. 3. En nuestra página WEB, dispone además de las recomendaciones para las cenas..

Menús Equilibrados

Ecológicamente Responsables

Alimentación Neurosaludable

Certificaciones de calidad

Concienciados Socialmente

Alimentos de proximidad



Se ofrecerá Diariamente una opción de Verdura