

Lunes

Martes

Miércoles

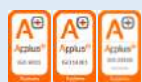
Jueves

Viernes

- Día 3 -	.Sopa de Picadillo	- Día 4 -	Coditos al ajillo con champiñones y calabacín	- Día 5 -	.Lentejas estofadas con verduras	- Día 6 -	.Arroz con tomate
	Hamburguesa burger meat mixta a la plancha c/ Lechuga y maíz		.Tortilla Francesa c/ Ensalada campestre		.Filete de contramuslo de pollo con patatas cuadro		.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín
	Pan y Fruta Kcal:459 Prot:21,9 Lip:25,9 HC:37,9		Pan y Fruta Kcal:258 Prot:7,4 Lip:5,8 HC:47,5		Pan y Postre Lácteo Kcal:545 Prot:33,8 Lip:13,7 HC:75,2		Pan y Fruta Kcal:381 Prot:14 Lip:10,4 HC:53,5
- Día 10 -	.Sopa de lluvia	- Día 11 -	Patatas a la Riojana	- Día 12 -	Canelones de carne	- Día 13 -	.Judias blancas con verduras
	Albondigas burger meat mixta a la jardinera		Salchichas de pavo en su jugo c/ Lechuga		Filete de gallineta con dados de calabaza		.Tortilla Española c/ Lechuga y zanahoria
	Pan y Fruta Kcal:409 Prot:15,8 Lip:21,2 HC:42,2		Pan y Postre Lácteo Kcal:443 Prot:24,5 Lip:14,4 HC:57,4		Pan y Fruta Kcal:499 Prot:22,2 Lip:15,5 HC:52,2		Pan y Fruta Kcal:457 Prot:18,7 Lip:12,7 HC:68,8
- Día 17 -	*Brocoli con bechamel	- Día 18 -	Crema de puerro y zanahoria	- Día 19 -	.Sopa de Cocido	- Día 20 -	.Paella Mixta
	Cinta de lomo adobada con patatas		Pollo asado en su jugo c/ Lechuga		.Cocido Madrileño completo		.Tortilla Francesa c/ Lechuga
	Pan y Fruta Kcal:601 Prot:9,5 Lip:12 HC:37,6		Pan y Postre Lácteo Kcal:453 Prot:24,8 Lip:14,9 HC:58,4		Pan integral y Fruta Kcal:562 Prot:24,9 Lip:18,6 HC:77,2		Pan y Fruta Kcal:405 Prot:15,5 Lip:12,8 HC:59,5
- Día 24 -	.Sopa de Estrellas	- Día 25 -	.Crema de verduras	- Día 26 -	*Arroz tres delicias	- Día 27 -	.Judias pintas con verduras
	.San Jacobo c/ Ensalada campestre		Filete de pollo a la naranja c/ Lechuga y maíz		Filete de merluza al horno c/ Lechuga y tomate		Cinta de lomo adobada al horno c/ Lechuga
	Pan y Fruta Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1		Pan y Postre Lácteo Kcal:420 Prot:24 Lip:13,3 HC:54,9		Pan y Fruta Kcal:324 Prot:15,9 Lip:3,9 HC:49,2		Pan y Fruta Kcal:614 Prot:30,7 Lip:28,9 HC:61
- Día 31 -	.Lentejas estofadas con verduras						
	Rombos de Merluza c/ Daditos de calabacin						
	Pan y Fruta Kcal:442 Prot:30,9 Lip:11,1 HC:58,1						

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

- Día 3 -	.Sopa de Picadillo Hamburguesa burger meat mixta a la plancha c/ Lechuga y maíz Pan y Fruta Kcal:459 Prot:21,9 Lip:25,9 HC:37,9	- Día 4 -	Coditos al ajillo con champiñones y calabacín .Tortilla Francesa c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:258 Prot:7,4 Lip:5,8 HC:47,5	- Día 5 -	.Lentejas estofadas con verduras .Filete de contramuslo de pollo con patatas cuadro Pan y Yogur desnatado Kcal:498 Prot:34,3 Lip:13,2 HC:63,9	- Día 6 -	Arroz con calabacín .Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín Pan y Fruta Kcal:358 Prot:13,8 Lip:12,2 HC:51,2		
- Día 10 -	.Sopa de lluvia Albondigas burger meat mixta a la jardinera Pan y Fruta Kcal:409 Prot:15,8 Lip:21,2 HC:42,2	- Día 11 -	.Crema Vichy Jamoncitos de pollo en su jugo c/ Lechuga y zanahoria Pan y Yogur desnatado Kcal:396 Prot:25 Lip:13,9 HC:46,1	- Día 12 -	Patatas guisadas con verduras Salchichas de pavo en su jugo c/ Lechuga Pan y Fruta Kcal:488 Prot:20,7 Lip:13,4 HC:55,8	- Día 13 -	*Coditos blancos salteados con ajo y oregano Filete de gallineta con dados de calabaza Pan y Fruta Kcal:294 Prot:7,4 Lip:8,9 HC:48,9	- Día 14 -	.Judias blancas con verduras .Tortilla Francesa c/ Lechuga y zanahoria Pan y Fruta Kcal:448 Prot:20,3 Lip:9,6 HC:72,4
- Día 17 -	Brocoli rehogado Cinta de lomo adobada con champiñones Pan y Fruta Kcal:459 Prot:23,4 Lip:27,5 HC:33,8	- Día 18 -	Crema de puerro y zanahoria Pollo asado en su jugo c/ Lechuga Pan y Yogur desnatado Kcal:406 Prot:25,3 Lip:14,4 HC:47,1	- Día 19 -	.Sopa de Cocido Cocido madrileño sin embutidos Pan integral y Fruta Kcal:546 Prot:26,1 Lip:9 HC:89,9	- Día 20 -	Arroz con calabacín .Tortilla Francesa c/ Lechuga Pan y Fruta Kcal:428 Prot:12,6 Lip:14,3 HC:64,6	- Día 21 -	*Lentejas a la hortelana Filete de bacalao a la jardinera Pan y Fruta Kcal:371 Prot:23 Lip:6,8 HC:58,1
- Día 24 -	.Sopa de Estrellas Cinta de lomo fresca en salsa c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1	- Día 25 -	.Crema de verduras Filete de pollo a la naranja c/ Lechuga y maíz Pan y Yogur desnatado Kcal:373 Prot:24,5 Lip:12,8 HC:43,6	- Día 26 -	*Arroz tres delicias Filete de merluza al horno c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:324 Prot:15,9 Lip:3,9 HC:49,2	- Día 27 -	.Judias pintas con verduras Cinta de lomo adobada al horno c/ Lechuga Pan y Fruta Kcal:614 Prot:30,7 Lip:28,9 HC:61	- Día 28 -	Macarrones blancos salteados con verduras .Tortilla Francesa Pan y Fruta Kcal:402 Prot:13 Lip:14,4 HC:57,6
- Día 31 -	.Lentejas estofadas con verduras Filete de merluza al horno c/ Daditos de calabacin Pan y Fruta Kcal:401 Prot:24 Lip:4,9 HC:58,4								

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

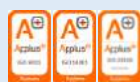
Jueves

Viernes

- Día 3 -	.Sopa de Picadillo	- Día 4 -	Coditos al ajillo con champiñones y calabacín	- Día 5 -	.Lentejas estofadas con verduras	- Día 6 -	.Arroz con tomate
	Hamburguesa burger meat mixta a la plancha c/ Lechuga y maíz		.Tortilla Francesa c/ Ensalada campestre		.Filete de contramuslo de pollo con patatas cuadro		.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín
	Pan y Fruta Kcal:459 Prot:21,9 Lip:25,9 HC:37,9		Pan y Fruta Kcal:258 Prot:7,4 Lip:5,8 HC:47,5		Pan y Postre Lácteo Kcal:545 Prot:33,8 Lip:13,7 HC:75,2		Pan y Fruta Kcal:381 Prot:14 Lip:10,4 HC:53,5
- Día 10 -	.Sopa de lluvia	- Día 11 -	Patatas a la Riojana	- Día 12 -	*Coditos con salsa de tomate	- Día 13 -	.Judias blancas con verduras
	Albondigas burger meat mixta a la jardinera		Salchichas de pavo en su jugo c/ Lechuga		Filete de gallineta con dados de calabaza		.Tortilla Española c/ Lechuga y zanahoria
	Pan y Fruta Kcal:409 Prot:15,8 Lip:21,2 HC:42,2		Pan y Fruta Kcal:499 Prot:22,2 Lip:15,5 HC:52,2		Pan y Fruta Kcal:269 Prot:7,3 Lip:6,4 HC:48,8		Pan y Fruta Kcal:457 Prot:18,7 Lip:12,7 HC:68,8
- Día 17 -	*Brocoli con bechamel	- Día 18 -	.Sopa de Cocido	- Día 19 -	.Paella Mixta	- Día 20 -	Lentejas a la Riojana
	Cinta de lomo adobada con patatas		.Cocido Madrileño completo		.Tortilla Francesa c/ Lechuga		Filete de bacalao a la jardinera
	Pan y Fruta Kcal:601 Prot:9,5 Lip:12 HC:37,6		Pan integral y Fruta Kcal:562 Prot:24,9 Lip:18,6 HC:77,2		Pan y Fruta Kcal:405 Prot:15,5 Lip:12,8 HC:59,5		Pan y Fruta Kcal:415 Prot:26,8 Lip:9,2 HC:59,7
- Día 24 -	.Sopa de Estrellas	- Día 25 -	*Arroz tres delicias	- Día 26 -	.Judias pintas con verduras	- Día 27 -	Macarrones con salsa de tomate y atún
	San Jacobo c/ Ensalada campestre		Filete de merluza al horno c/ Lechuga y tomate		Cinta de lomo adobada al horno c/ Lechuga		Huevos fritos con patatas
	Pan y Fruta Kcal:163 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1		Pan y Fruta Kcal:324 Prot:15,9 Lip:3,9 HC:49,2		Pan y Fruta Kcal:614 Prot:30,7 Lip:28,9 HC:61		Pan y Fruta Kcal:579 Prot:20,3 Lip:23,6 HC:74,3
- Día 31 -	.Lentejas estofadas con verduras						
	Rombos de Merluza c/ Daditos de calabacin						
	Pan y Fruta Kcal:442 Prot:30,9 Lip:11,1 HC:58,1						

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

- Día 3 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 4 -	Pasta (sin gluten/huevo)	- Día 5 -	Coliflor rehogada	- Día 6 -	.Arroz con tomate	- Día 7 -	
	Ragout de ternera en salsa c/ Lechuga y maíz		.Tortilla Francesa c/ Ensalada campestre		.Filete de contramuslo de pollo con patatas cuadro		.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín		
	Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:351 Prot:14,5 Lip:31,2 HC:4,5		Barra de pan sin gluten y Fruta		Barra de pan sin gluten y Postre Lácteo Kcal:208 Prot:16,9 Lip:12,3 HC:7,4		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:245 Prot:10,1 Lip:8,4 HC:24,5		
- Día 10 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 11 -	.Crema Vichy	- Día 12 -	Patatas a la Riojana	- Día 13 -	Pasta (sin gluten/huevo)	- Día 14 -	.Judias blancas con verduras
	*Ragout de ternera a la jardinera de verduras		Jamoncitos de pollo en su jugo c/ Lechuga y zanahoria		Salchichas de pavo en su jugo c/ Lechuga		Filete de abadejo en salsa con daditos de calabaza		.Tortilla Española c/ Lechuga y zanahoria
	Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:212 Prot:13,1 Lip:31,2 HC:5,5		Barra de pan sin gluten y Postre Lácteo Kcal:220 Prot:16,7 Lip:11,4 HC:12,7		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:363 Prot:18,3 Lip:13,5 HC:23,2		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:79 Prot:7,9 Lip:4,7 HC:1,2		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:321 Prot:14,8 Lip:10,7 HC:39,8
- Día 17 -	*Brocoli con bechamel	- Día 18 -	Crema de puerro y zanahoria	- Día 19 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 20 -	.Paella Mixta	- Día 21 -	Crema de calabaza
	Cinta de lomo adobada con patatas		Pollo asado en su jugo c/ Lechuga		.Cocido Madrileño completo		.Tortilla Francesa c/ Lechuga		Filete de bacalao a la jardinera
	Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:465 Prot:5,6 Lip:10 HC:8,6		Barra de pan sin gluten y Postre Lácteo Kcal:230 Prot:17 Lip:11,9 HC:13,7		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:315 Prot:16,9 Lip:17,2 HC:28,2		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:269 Prot:11,6 Lip:10,8 HC:30,5		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:119 Prot:9,4 Lip:4,4 HC:10,5
- Día 24 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 25 -	.Crema de verduras	- Día 26 -	*Arroz tres delicias	- Día 27 -	.Judias pintas con verduras	- Día 28 -	Pasta (sin gluten/huevo)
	Cinta de lomo fresca en salsa c/ Ensalada campestre		Filete de pollo a la naranja c/ Lechuga y maíz		Filete de merluza al horno c/ Lechuga y tomate		Cinta de lomo adobada al horno c/ Lechuga		Huevos fritos con patatas
	Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:21 Prot:1,3 Lip:1 HC:3,1		Barra de pan sin gluten y Postre Lácteo Kcal:197 Prot:16,2 Lip:10,3 HC:10,2		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:188 Prot:12 Lip:1,9 HC:20,2		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:478 Prot:26,8 Lip:26,9 HC:32		Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:304 Prot:11 Lip:16,7 HC:27,5
- Día 31 -	.Patatas guisadas con verduras								
	Filete de merluza al horno c/ Daditos de calabacin								
	Barra de pan sin gluten y Fruta Kcal:159 Prot:10,9 Lip:1,7 HC:15,1								

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

- Día 3 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 4 -	Pasta (sin gluten/huevo)	- Día 5 -	.Lentejas estofadas con verduras	- Día 6 -	.Arroz con tomate	- Día 7 -
	Hamburguesa burger meat mixta a la plancha c/ Lechuga y maíz Pan y Fruta Kcal:453 Prot:21,9 Lip:25,9 HC:37,9		Cinta de lomo fresca en salsa c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:136 Prot:3,9 Lip:2 HC:29		.Filete de contramuslo de pollo con patatas cuadro Pan y Postre Lácteo Kcal:545 Prot:33,8 Lip:13,7 HC:75,2		.Filete de merluza en salsa con daditos de calabacín Pan y Fruta Kcal:381 Prot:14 Lip:10,4 HC:53,5	
- Día 10 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 11 -	Patatas a la Riojana	- Día 12 -	Pasta (sin gluten/huevo)	- Día 13 -	.Judias blancas con verduras	- Día 14 -
	.Crema Vichy		Salchichas de pavo en su jugo c/ Lechuga		Filete de abadejo en salsa con daditos de calabaza Pan y Fruta Kcal:215 Prot:11,8 Lip:6,7 HC:30,2		Filete de pollo al horno c/ Lechuga y zanahoria Pan y Fruta Kcal:448 Prot:37,4 Lip:8,2 HC:59,4	
	Albondigas burger meat mixta a la jardinera Pan y Fruta Kcal:403 Prot:15,8 Lip:21,2 HC:42,2		Jamoncitos de pollo en su jugo c/ Lechuga y zanahoria Pan y Postre Lácteo Kcal:443 Prot:24,5 Lip:14,4 HC:57,4		*Brocoli con bechamel	- Día 17 -	Crema de puerro y zanahoria	- Día 18 -
	Cinta de lomo adobada con patatas Pan y Fruta Kcal:601 Prot:9,5 Lip:12 HC:37,6		Pollo asado en su jugo c/ Lechuga Pan y Postre Lácteo Kcal:453 Prot:24,8 Lip:14,9 HC:58,4		Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 19 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 20 -
	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 24 -	.Crema de verduras	- Día 25 -	.Arroz con tomate	- Día 26 -	.Judias pintas con verduras	- Día 27 -
	Cinta de lomo fresca en salsa c/ Ensalada campestre Pan y Fruta Kcal:157 Prot:5,2 Lip:3 HC:32,1		Filete de pollo a la naranja c/ Lechuga y maíz Pan y Postre Lácteo Kcal:420 Prot:24 Lip:13,3 HC:54,9		Filete de merluza al horno c/ Lechuga y tomate Pan y Fruta Kcal:381 Prot:14,3 Lip:6,1 HC:52,6		Cinta de lomo adobada al horno c/ Lechuga Pan y Fruta Kcal:614 Prot:30,7 Lip:28,9 HC:61	
	.Lentejas estofadas con verduras	- Día 31 -						
	Filete de merluza al horno c/ Daditos de calabacin Pan y Fruta Kcal:401 Prot:24 Lip:4,9 HC:58,4							

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

- Día 3 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 4 -	Pasta (sin gluten/huevo)	- Día 5 -	.Lentejas estofadas con verduras	- Día 6 -	.Arroz con tomate	- Día 7 -
	Hamburguesa burger meat mixta a la plancha		Cinta de lomo fresca en salsa		.Filete de contramuslo de pollo con patatas cuadro		Ragout de ternera en salsa con calabacin	
	Pan y Fruta Kcal:453 Prot:21,9 Lip:25,9 HC:37,9		Pan y Fruta Kcal:333 Prot:21,5 Lip:15,4 HC:30,5		Pan y Postre Lácteo Kcal:545 Prot:33,8 Lip:13,7 HC:75,2		Pan y Fruta Kcal:508 Prot:17,4 Lip:23,1 HC:53,3	
- Día 10 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 11 -	Patatas a la Riojana	- Día 12 -	Pasta (sin gluten/huevo)	- Día 13 -	.Judias blancas con verduras	- Día 14 -
	.Crema Vichy		Salchichas de pavo en su jugo		Cinta de lomo fresca en salsa con pimientos		Filete de pollo al horno	
	Albondigas burger meat mixta a la jardinera		Jamoncitos de pollo en su jugo		Pan y Fruta Kcal:488 Prot:21,6 Lip:15,2 HC:50,6		Pan y Fruta Kcal:259 Prot:19,2 Lip:7,9 HC:31,4	
	Pan y Fruta Kcal:403 Prot:15,8 Lip:21,2 HC:42,2		Pan y Postre Lácteo Kcal:443 Prot:24,5 Lip:14,4 HC:57,4		Pan y Fruta Kcal:488 Prot:21,6 Lip:15,2 HC:50,6		Pan y Fruta Kcal:448 Prot:37,4 Lip:8,2 HC:59,4	
- Día 17 -	*Brocoli con bechamel	- Día 18 -	Crema de puerro y zanahoria	- Día 19 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 20 -	.Arroz con tomate	- Día 21 -
	Cinta de lomo adobada con patatas		Pollo asado en su jugo		.Cocido Madrileño completo		Cinta de lomo fresca en salsa	
	Pan y Fruta Kcal:601 Prot:9,5 Lip:12 HC:37,6		Pan y Postre Lácteo Kcal:442 Prot:24,2 Lip:14,7 HC:56,8		Pan integral y Fruta Kcal:556 Prot:24,9 Lip:18,6 HC:77,2		Pan y Fruta Kcal:498 Prot:23,6 Lip:19 HC:53,8	
- Día 24 -	Sopa (pasta sin gluten/huevo)	- Día 25 -	.Crema de verduras	- Día 26 -	.Arroz con tomate	- Día 27 -	.Judias pintas con verduras	- Día 28 -
	Cinta de lomo fresca en salsa		Filete de pollo a la naranja		Ragout de ternera en salsa		Cinta de lomo adobada al horno	
	Pan y Fruta Kcal:354 Prot:22,8 Lip:16,4 HC:33,5		Pan y Postre Lácteo Kcal:420 Prot:24 Lip:13,3 HC:54,9		Pan y Fruta Kcal:631 Prot:19,2 Lip:35,8 HC:53,7		Pan y Fruta Kcal:603 Prot:30,1 Lip:28,7 HC:59,4	
- Día 31 -	.Lentejas estofadas con verduras							
	Cinta de lomo fresca en salsa							
	Pan y Fruta Kcal:509 Prot:32,8 Lip:17,6 HC:58,1							

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