COLEGIO ENRIQUETA AYMER

Septiembre 2022

LBASAL: BASAL

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		7 KCal. 690 H.C. 97 Lip. 25 P. 24 ARROZ CON TOMATE SAN JACOBO • ENSALADA VERDE ACTIMEL PAN	**8** KCal. 529 H.C. 76 Lip. 13 P. 32 GARBANZOS ESTOFADOS MERLUZA AL HORNO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	**9** KCal. 529 H.C. 65 Lip. 23 P. 18 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA ESPAÑOLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
12 KCal. 730 H.C. 81 Lip. 27 P. 45 LENTEJAS CASERAS ABADEJO REBOZADO • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN	**13** KCal. 480 H.C. 60 Lip. 18 P. 23 PURE DE VERDURAS POLLO EN PEPITORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	**14** KCal. 597 H.C. 77 Lip. 19 P. 35 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO ACTIMEL PAN	**15** KCal. 767 H.C. 116 Lip. 26 P. 21 ARROZ TRES DELICIAS HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA CON ATÚN FRUTA DE TEMPORADA PAN	**16** KCal. 650 H.C. 63 Lip. 33 P. 25 ENSALADA CAMPERA ALBÓNDIGAS AL HORNO A LA JARDINERA HELADO PAN
19 KCal. 856 H.C. 86 Lip. 44 P. 34 ESPAGUETIS CON TOMATE SARDINITAS • ENSALADA VERDE YOGUR PAN	**20** KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	**21** KCal. 484 H.C. 69 Lip. 14 P. 25 CREMA DE ZANAHORIA POLLO A LA CAZADORA ACTIMEL PAN	**22** KCal. 697 H.C. 71 Lip. 35 P. 30 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA TORTILLA FRANCESA • RODAJAS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**23** KCal. 827 H.C. 98 Lip. 34 P. 38 PAELLA VALENCIANA MERLUZA REBOZADA • ENSALADA DEL TIEMPO NATILLAS DE VAINILLA PAN
26 KCal. 639 H.C. 66 Lip. 29 P. 30 PATATAS CON CHOCO TORTIILLA DE CALABACIN • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN	**27** KCal. 705 H.C. 80 Lip. 24 P. 48 LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO AL HORNO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	**28** KCal. 464 H.C. 66 Lip. 17 P. 15 BROCOLI REHOGADO CANELONES DE CARNE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**29** KCal. 739 H.C. 114 Lip. 24 P. 17 MACARRONES PRIMAVERA EMPANADILLAS DE ATUN • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**30** KCal. 764 H.C. 72 Lip. 32 P. 49 FABADA ASTURIANA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE TOMATE YOGUR PAN

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

31/08/2022 22.47.54

COLEGIO ENRIQUETA AYMER

Septiembre 2022

LCE00003: CELIACO, NO LECHE

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		7 KCal. 643 H.C. 82 Lip. 27 P. 22 ARROZ CON TOMATE LACON AL HORNO • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN	**8** KCal. 491 H.C. 67 Lip. 13 P. 29 GARBANZOS ESTOFADOS MERLUZA AL HORNO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**9** KCal. 400 H.C. 41 Lip. 21 P. 12 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA ESPAÑOLA • ENSALADA DEL TIEMPO GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN
12 KCal. 617 H.C. 66 Lip. 23 P. 38 LENTEJAS CASERAS ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN	**13** KCal. 442 H.C. 51 Lip. 18 P. 21 PURE DE VERDURAS POLLO EN PEPITORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**14** KCal. 490 H.C. 65 Lip. 14 P. 29 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS FILETE DE MERLUZA EN SALSA FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN	**15** KCal. 620 H.C. 84 Lip. 23 P. 24 ARROZ TRES DELICIAS HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**16** KCal. 556 H.C. 41 Lip. 34 P. 22 ENSALADA CAMPERA ALBONDIGAS DE TERNERA AL HORNO EN SALSA DE VERDURAS (DIETAS) GELATINA AROMAS SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN
19 KCal. 797 H.C. 82 Lip. 42 P. 25 ESPAGUETIS CON TOMATE (PASTA SIN GLUTEN) SARDINITAS • ENSALADA VERDE FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN	**20** KCal. 612 H.C. 80 Lip. 22 P. 26 SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**21** KCal. 415 H.C. 56 Lip. 13 P. 20 CREMA DE ZANAHORIA POLLO A LA CAZADORA FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN	**22** KCal. 660 H.C. 61 Lip. 35 P. 27 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA TORTILLA FRANCESA • RODAJAS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**23** KCal. 622 H.C. 69 Lip. 26 P. 30 PAELLA VALENCIANA MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DEL TIEMPO GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN
26 KCal. 562 H.C. 56 Lip. 28 P. 24 PATATAS CON CHOCO TORTIILLA DE CALABACIN • ENSALADA DE COLORES FRUTA FRESCA PAN SIN GLUTEN	**27** KCal. 667 H.C. 71 Lip. 24 P. 45 LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO AL HORNO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**28** KCal. 432 H.C. 34 Lip. 20 P. 29 BROCOLI REHOGADO LOMO DE CERDO FRESCO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**29** KCal. 623 H.C. 79 Lip. 22 P. 30 MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN CABALLA • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**30** KCal. 635 H.C. 48 Lip. 30 P. 43 FABADA ASTURIANA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE TOMATE GELATINA SIN AZUCAR PAN SIN GLUTEN

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

31/08/2022 22.49.32

COLEGIO ENRIQUETA AYMER

Septiembre 2022

LCE00001: CELIACO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		7 KCal. 674 H.C. 85 Lip. 28 P. 24 ARROZ CON TOMATE LACON AL HORNO • ENSALADA VERDE ACTIMEL PAN SIN GLUTEN	**8** KCal. 491 H.C. 67 Lip. 13 P. 29 GARBANZOS ESTOFADOS MERLUZA AL HORNO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**9** KCal. 491 H.C. 56 Lip. 23 P. 15 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA ESPAÑOLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN SIN GLUTEN
12 KCal. 655 H.C. 68 Lip. 25 P. 41 LENTEJAS CASERAS ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN SIN GLUTEN	**13** KCal. 442 H.C. 51 Lip. 18 P. 21 PURE DE VERDURAS POLLO EN PEPITORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**14** KCal. 559 H.C. 68 Lip. 19 P. 32 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO ACTIMEL PAN SIN GLUTEN	**15** KCal. 620 H.C. 84 Lip. 23 P. 24 ARROZ TRES DELICIAS HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**16** KCal. 616 H.C. 49 Lip. 37 P. 23 ENSALADA CAMPERA ALBONDIGAS DE TERNERA AL HORNO EN SALSA DE VERDURAS (DIETAS) HELADO PAN SIN GLUTEN
19 KCal. 835 H.C. 84 Lip. 44 P. 28 ESPAGUETIS CON TOMATE (PASTA SIN GLUTEN) SARDINITAS • ENSALADA VERDE YOGUR PAN SIN GLUTEN	**20** KCal. 612 H.C. 80 Lip. 22 P. 26 SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**21** KCal. 446 H.C. 59 Lip. 14 P. 22 CREMA DE ZANAHORIA POLLO A LA CAZADORA ACTIMEL PAN SIN GLUTEN	**22** KCal. 660 H.C. 61 Lip. 35 P. 27 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA TORTILLA FRANCESA • RODAJAS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**23** KCal. 770 H.C. 91 Lip. 31 P. 35 PAELLA VALENCIANA MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DEL TIEMPO NATILLAS DE VAINILLA PAN SIN GLUTEN
26 KCal. 601 H.C. 57 Lip. 30 P. 27 PATATAS CON CHOCO TORTIILLA DE CALABACIN • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN SIN GLUTEN	**27** KCal. 667 H.C. 71 Lip. 24 P. 45 LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO AL HORNO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**28** KCal. 432 H.C. 34 Lip. 20 P. 29 BROCOLI REHOGADO LOMO DE CERDO FRESCO FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**29** KCal. 623 H.C. 79 Lip. 22 P. 30 MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN CABALLA • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN SIN GLUTEN	**30** KCal. 726 H.C. 63 Lip. 33 P. 46 FABADA ASTURIANA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE TOMATE YOGUR PAN SIN GLUTEN

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

31/08/2022 22.48.55

COLEGIO ENRIQUETA AYMER

Septiembre 2022

LAL00002: NO FRUTOS SECOS

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		7 KCal. 690 H.C. 97 Lip. 25 P. 24 ARROZ CON TOMATE SAN JACOBO • ENSALADA VERDE ACTIMEL PAN	**8** KCal. 529 H.C. 76 Lip. 13 P. 32 GARBANZOS ESTOFADOS MERLUZA AL HORNO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	**9** KCal. 529 H.C. 65 Lip. 23 P. 18 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA ESPAÑOLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
12 KCal. 730 H.C. 81 Lip. 27 P. 45 LENTEJAS CASERAS ABADEJO REBOZADO • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN	**13** KCal. 480 H.C. 60 Lip. 18 P. 23 PURE DE VERDURAS POLLO EN PEPITORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	**14** KCal. 597 H.C. 77 Lip. 19 P. 35 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO ACTIMEL PAN	**15** KCal. 767 H.C. 116 Lip. 26 P. 21 ARROZ TRES DELICIAS HUEVOS CON BECHAMEL • ENSALADA CON ATÚN FRUTA DE TEMPORADA PAN	**16** KCal. 650 H.C. 63 Lip. 33 P. 25 ENSALADA CAMPERA ALBÓNDIGAS AL HORNO A LA JARDINERA HELADO PAN
19 KCal. 856 H.C. 86 Lip. 44 P. 34 ESPAGUETIS CON TOMATE SARDINITAS • ENSALADA VERDE YOGUR PAN	**20** KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	**21** KCal. 484 H.C. 69 Lip. 14 P. 25 CREMA DE ZANAHORIA POLLO A LA CAZADORA ACTIMEL PAN	**22** KCal. 697 H.C. 71 Lip. 35 P. 30 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA TORTILLA FRANCESA • RODAJAS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**23** KCal. 827 H.C. 98 Lip. 34 P. 38 PAELLA VALENCIANA MERLUZA REBOZADA • ENSALADA DEL TIEMPO NATILLAS DE VAINILLA PAN
26 KCal. 639 H.C. 66 Lip. 29 P. 30 PATATAS CON CHOCO TORTIILLA DE CALABACIN • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN	**27** KCal. 705 H.C. 80 Lip. 24 P. 48 LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO AL HORNO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	**28** KCal. 470 H.C. 43 Lip. 20 P. 31 BROCOLI REHOGADO LOMO DE CERDO FRESCO FRUTA DE TEMPORADA PAN	**29** KCal. 739 H.C. 114 Lip. 24 P. 17 MACARRONES PRIMAVERA EMPANADILLAS DE ATUN • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**30** KCal. 764 H.C. 72 Lip. 32 P. 49 FABADA ASTURIANA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE TOMATE YOGUR PAN

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

31/08/2022 22.51.15

COLEGIO ENRIQUETA AYMER

Septiembre 2022

LAL00003: NO HUEVO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		7 KCal. 712 H.C. 94 Lip. 28 P. 27 ARROZ CON TOMATE LACON AL HORNO • ENSALADA VERDE ACTIMEL PAN	**8** KCal. 529 H.C. 76 Lip. 13 P. 32 GARBANZOS ESTOFADOS MERLUZA AL HORNO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	**9** KCal. 454 H.C. 52 Lip. 17 P. 24 JUDIAS VERDES REHOGADAS DELICIAS DE PAVO • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
12 KCal. 693 H.C. 77 Lip. 25 P. 43 LENTEJAS CASERAS ABADEJO ENHARINADO (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN	**13** KCal. 484 H.C. 62 Lip. 18 P. 23 PURE DE VERDURAS MUSLITOS DE POLLO ASADO CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA PAN	**14** KCal. 597 H.C. 77 Lip. 19 P. 35 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA PIQUILLO ACTIMEL PAN	**15** KCal. 643 H.C. 95 Lip. 16 P. 36 ARROZ CON MAIZ Y ZANAHORIA (DIETAS) PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA CON ATÚN FRUTA DE TEMPORADA PAN	**16** KCal. 671 H.C. 76 Lip. 32 P. 21 ENSALADA DE PATATA (DIETAS) ALBÓNDIGAS AL HORNO A LA JARDINERA HELADO PAN
19 KCal. 873 H.C. 93 Lip. 44 P. 30 ESPAGUETIS CON TOMATE (PASTA SIN GLUTEN) SARDINITAS • ENSALADA VERDE YOGUR PAN	**20** KCal. 650 H.C. 89 Lip. 22 P. 28 SOPA DE COCIDO (PASTA SIN GLUTEN) COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	**21** KCal. 484 H.C. 69 Lip. 14 P. 25 CREMA DE ZANAHORIA POLLO A LA CAZADORA ACTIMEL PAN	**22** KCal. 655 H.C. 70 Lip. 25 P. 41 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA CINTA DE LOMO FRESCA LA PLANCHA • RODAJAS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**23** KCal. 808 H.C. 101 Lip. 31 P. 37 PAELLA VALENCIANA MELUZA ENHARINADA (HARINA DE MAIZ) • ENSALADA DEL TIEMPO NATILLAS DE VAINILLA PAN
26 KCal. 616 H.C. 65 Lip. 27 P. 31 PATATAS CON CHOCO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN	**27** KCal. 705 H.C. 80 Lip. 24 P. 48 LENTEJAS ESTOFADAS BACALAO AL HORNO • VERDURITAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	**28** KCal. 470 H.C. 43 Lip. 20 P. 31 BROCOLI REHOGADO LOMO DE CERDO FRESCO FRUTA DE TEMPORADA PAN	**29** KCal. 661 H.C. 89 Lip. 22 P. 33 MACARRONES CON TOMATE SIN GLUTEN CABALLA • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**30** KCal. 764 H.C. 72 Lip. 32 P. 49 FABADA ASTURIANA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE TOMATE YOGUR PAN

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

31/08/2022 22.52.14

COLEGIO ENRIQUETA AYMER

Septiembre 2022

LAL00005: NO PESCADO

INFANTIL / COMIDA / MENU INFANTIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		7 KCal. 712 H.C. 94 Lip. 28 P. 27 ARROZ CON TOMATE LACON AL HORNO • ENSALADA VERDE ACTIMEL PAN	**8** KCal. 535 H.C. 74 Lip. 15 P. 31 GARBANZOS ESTOFADOS JAMONCITOS DE POLLO ASADO EN SALSA CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA PAN	**9** KCal. 529 H.C. 65 Lip. 23 P. 18 JUDIAS VERDES REHOGADAS TORTILLA ESPAÑOLA • ENSALADA DEL TIEMPO YOGUR PAN
12 KCal. 699 H.C. 75 Lip. 24 P. 50 LENTEJAS CASERAS CINTA DE LOMO FRESCA LA PLANCHA • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN	**13** KCal. 480 H.C. 60 Lip. 18 P. 23 PURE DE VERDURAS POLLO EN PEPITORIA FRUTA DE TEMPORADA PAN	**14** KCal. 620 H.C. 77 Lip. 18 P. 43 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS RAGOUT DE PAVO ACTIMEL PAN	**15** KCal. 658 H.C. 94 Lip. 23 P. 27 ARROZ TRES DELICIAS HUEVOS CON TOMATE Y PATATAS FRUTA DE TEMPORADA PAN	**16** KCal. 671 H.C. 76 Lip. 32 P. 21 ENSALADA DE PATATA (DIETAS) ALBÓNDIGAS AL HORNO A LA JARDINERA HELADO PAN
19 KCal. 684 H.C. 88 Lip. 25 P. 31 ESPAGUETIS CON TOMATE LACON AL HORNO • ENSALADA VERDE YOGUR PAN	**20** KCal. 647 H.C. 87 Lip. 23 P. 30 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA PAN	**21** KCal. 484 H.C. 69 Lip. 14 P. 25 CREMA DE ZANAHORIA POLLO A LA CAZADORA ACTIMEL PAN	**22** KCal. 697 H.C. 71 Lip. 35 P. 30 ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA TORTILLA FRANCESA • RODAJAS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**23** KCal. 765 H.C. 103 Lip. 21 P. 47 PAELLA (DIETAS) DELICIAS DE PAVO • ENSALADA DEL TIEMPO NATILLAS DE VAINILLA PAN
26 KCal. 639 H.C. 66 Lip. 29 P. 30 PATATAS CON CHOCO TORTIILLA DE CALABACIN • ENSALADA DE COLORES YOGUR PAN	**27** KCal. 654 H.C. 84 Lip. 15 P. 50 LENTEJAS ESTOFADAS TERNERA GUISADA CON VERDURAS (DIETAS) FRUTA DE TEMPORADA PAN	**28** KCal. 470 H.C. 43 Lip. 20 P. 31 BROCOLI REHOGADO LOMO DE CERDO FRESCO FRUTA DE TEMPORADA PAN	**29** KCal. 575 H.C. 88 Lip. 16 P. 25 MACARRONES PRIMAVERA DELICIAS DE PAVO • ENSALADA VERDE FRUTA DE TEMPORADA PAN	**30** KCal. 764 H.C. 72 Lip. 32 P. 49 FABADA ASTURIANA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE TOMATE YOGUR PAN

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

31/08/2022 22.52.39