

Menú Basal

IN SITU ZAMORA
DICIEMBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Lentejas a la hortelana	Arroz con salsa de tomate	Coliflor al ajoarriero	Sopa de cocido con fideos	Puré de verduras y hortalizas
Tortilla francesa	Skipper de bacalao	Lomo adobado a la plancha	Cocido completo	Merluza en salsa de puerros
Lechuga y tomate	Lechuga iceberg	0	0	0
Yogur sabor y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur sabor y pan
Kcal: 621,319 prot (g): 33,439 lip (g): 20,679 hc (g): 75,693	Kcal: 669,898 prot (g): 19,643 lip (g): 21,709 hc (g): 96,467	Kcal: 341,826 prot (g): 17,08 lip (g): 8,753 hc (g): 45,815	Kcal: 648,164 prot (g): 23,472 lip (g): 18,323 hc (g): 90,343	Kcal: 499,566 prot (g): 25,758 lip (g): 11,976 hc (g): 69,163
08	09	10	11	12
	Macarrones con tomate	Sopa de ave con fideos	Crema de calabaza	Garbanzos con verduras
FESTIVO	Merluza en salsa verde	Tortilla de patata y cebolla	Albóndigas mixtas en salsa	Skipper de bacalao
	0	Lechuga y tomate	0	Lechuga iceberg
	Yogur sabor y pan	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan	Yogur sabor y pan
	Kcal: 587,849 prot (g): 27,872 lip (g): 15,276 hc (g): 82,463	Kcal: 581,564 prot (g): 21,126 lip (g): 19,045 hc (g): 76,238	Kcal: 564,042 prot (g): 16,854 lip (g): 24,46 hc (g): 65,205	Kcal: 746,66 prot (g): 32,75 lip (g): 25,041 hc (g): 92,224
15	16	17	18	19
Judías verdes al ajoarriero	Sopa de cocido con fideos	Arroz a la zamorana	Alubias blancas estofadas	Macarrones con tomate
Calamar anillas a la romana	Cocido completo	Merluza en salsa de puerros	Tortilla francesa	Cordón bleu de pollo
Lechuga iceberg	0	0	Lechuga y zanahoria	Lechuga y tomate
Yogur sabor y pan	Fruta fresca y pan	Yogur sabor y pan	Fruta fresca y pan	Natillas y pan
Kcal: 582,318 prot (g): 20,178 lip (g): 24,12 hc (g): 67,367	Kcal: 648,164 prot (g): 23,472 lip (g): 18,323 hc (g): 90,343	Kcal: 645,136 prot (g): 28,102 lip (g): 18,358 hc (g): 90,386	Kcal: 316,17 prot (g): 15,044 lip (g): 11,778 hc (g): 40,127	Kcal: 708,027 prot (g): 19,125 lip (g): 34,313 hc (g): 79,21
22	23	24	25	26
				
VACACIONES			NAVIDAD	
29	30	31	01	02
				