

EL CONDE DE ELDA RES

Septiembre

Basal

Comida

2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1  <b>Festivo</b>	2  <b>Festivo</b>	3  <b>Festivo</b>	4  <b>Festivo</b>	5  <b>Festivo</b>
8  Puré de verdura ecológico Hamburguesa a la plancha Ensalada de colores Fruta de temporada Pan  Kcal. 618 hc. 66,2 lip.29,5 p.21,0	9  Arroz con tomate Daditos de bacalao Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan  Kcal. 825 hc. 107,6 lip.34,5 p.22,1	10  Brócoli rehogado Pollo guisado Arroz Fruta de temporada Pan  Kcal. 542 hc. 53,4 lip.21,9 p.31,8	11  Alubias blancas estofadas Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan  Kcal. 565 hc. 71,6 lip.14,3 p.32,0	12  Patatas guisadas con verduras Tortilla de jamón cocido Ensalada verde Yogur natural Pan integral  Kcal. 539 hc. 52,2 lip.24,6 p.26,7
15  Ensalada de pasta Lacón al horno Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan  Kcal. 797 hc. 82,2 lip.37,5 p.32,2	16  Crema de alubias blancas Contramuslo de pollo en salsa de champiñones Fruta de temporada Pan  Kcal. 597 hc. 72,6 lip.14,7 p.38,1	17  Paella de verdura Merluza a la romana Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan  Kcal. 687 hc. 93,5 lip.23,9 p.25,6	18  Judías verdes rehogadas Tortilla de patata casera Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan  Kcal. 536 hc. 68,0 lip.19,1 p.21,2	19  Lentejas estofadas Caballa salsa de tomate Yogur natural Pan integral  Kcal. 632 hc. 65,0 lip.20,6 p.44,2
22  Crema de calabacín Tortilla francesa casera Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan  Kcal. 485 hc. 51,4 lip.22,4 p.19,7	23  Garbanzos estofados Merluza en salsa de verdura Fruta de temporada Pan  Kcal. 600 hc. 77,9 lip.16,2 p.32,3	24  Sopa de fideos Ragout de ternera guisado Patatas Fruta de temporada Pan  Kcal. 618 hc. 64,4 lip.25,7 p.32,1	25  Macarrones con tomate Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan  Kcal. 692 hc. 83,5 lip.24,8 p.33,4	26  Ensaladilla rusa Escalope de pollo Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral  Kcal. 613 hc. 37,2 lip.36,3 p.34,0
29  Lentejas con arroz Croquetas de espinacas Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan  Kcal. 675 hc. 93,1 lip.22,5 p.20,3	30  Crema de calabaza Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada Pan  Kcal. 519 hc. 57,8 lip.18,7 p.30,1			