

ROSA MOLAS

- Sin aluten ni PLV -

MARZO 2025



<p>LUNES 03 548,3Kcal - Prot:26,7g - Lip:17,3g - HC:67,8g Ensalada variada</p> <p>Crema de boniato Lomo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p>MARTES 04 643,6Kcal - Prot:24,1g - Lip:25,3g - HC:78,6g</p> <p>Paella valenciana Rollitos de pavo (sin alérgenos) con ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG integral</p>	<p>MIÉRCOLES 05 715,5Kcal - Prot:28,3g - Lip:30,5g - HC:73,0g <u>¡HOY ELIGES TÚ! CREA TU ENSALADA</u> Ensalada al gusto</p> <p>Estofado de alubias con verduras Tortilla de patata con tomatito aliñado</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p>JUEVES 06 586,9Kcal - Prot:28,1g - Lip:17,5g - HC:77,2g</p> <p>Pasta SG a la napolitana Salmón al horno con verduras salteadas</p> <p>Postre de soja Pan SG</p>	<p>VIERNES 07 729,7Kcal - Prot:25,6g - Lip:20,8g - HC:103,4g Ensalada variada</p> <p>Potaje de garbanzos a la mediterránea Pechuga de pollo en su jugo</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>
<p>LUNES 10 531,1Kcal - Prot:19,4g - Lip:14,6g - HC:76,7g Ensalada variada</p> <p>Espardenyà (Guiso de pollo y patata) Merluza en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p>MARTES 11 617,8Kcal - Prot:21,0g - Lip:25,9g - HC:70,4g Ensalada variada</p> <p>Sopa de fideos SG con garbanzos Lomo en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan SG integral</p>	<p>MIÉRCOLES 12 710,4Kcal - Prot:24,1g - Lip:28,3g - HC:84,6g Ensalada variada</p> <p>Arroz caldoso con verduras Tortilla francesa con atún</p> <p>Postre de soja Pan SG</p>	<p>JUEVES 13 642,9Kcal - Prot:35,1g - Lip:21,8g - HC:71,1g Ensalada variada</p> <p>Crema de legumbres ECO (sin lentejas) y verduras Pollo al ajillo con champiñones</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p>VIERNES 14 762,7Kcal - Prot:21,1g - Lip:15,4g - HC:130,4g Ensalada variada</p> <p>Rollitos de pavo (sin alérgenos) Fideua SG de pescado</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>
<p>LUNES 17 557,8Kcal - Prot:29,7g - Lip:18,3g - HC:65,7g Ensalada variada</p> <p>Pasta SG con tomate Gallo San Pedro al limón con salteado campestre</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p>MARTES 18 638,1Kcal - Prot:28,3g - Lip:22,7g - HC:76,6g Ensalada variada</p> <p>Crema de zanahoria con tostones SG caseros Pescado con salsa de tomate</p> <p>Fruta de temporada Pan SG integral</p>	<p>MIÉRCOLES 19</p> <p>FESTIVO</p>	<p>JUEVES 20 792,2Kcal - Prot:30,4g - Lip:35,4g - HC:86,6g</p> <p>Arroz a la cubana Pechuga de pollo a la plancha y ensalada variada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p>VIERNES 21 545,6Kcal - Prot:13,2g - Lip:18,5g - HC:75,5g Ensalada variada</p> <p>Legumbres (sin lentejas) ECO con verduras Tortilla con calabacín</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>
<p>LUNES 24 518,8Kcal - Prot:21,9g - Lip:16,2g - HC:67,5g Ensalada variada</p> <p>Hervido valenciano de judía verde Magro en salsa</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p>MARTES 25 579,5Kcal - Prot:24,9g - Lip:13,0g - HC:84,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave (pasta SG) Jamoncitos de pollo con patata panadera</p> <p>Fruta de temporada Pan SG integral</p>	<p>MIÉRCOLES 26 717,2Kcal - Prot:26,9g - Lip:25,8g - HC:89,6g</p> <p>Arroz de bacalao y coliflor Tortilla francesa y ensalada variada</p> <p>Postre de soja Pan SG</p>	<p>JUEVES 27 611,1Kcal - Prot:27,2g - Lip:15,3g - HC:85,7g Ensalada variada</p> <p>Lentejas estofadas Lomo en su jugo</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>	<p>VIERNES 28 611,1Kcal - Prot:27,2g - Lip:15,3g - HC:85,7g Ensalada variada</p> <p>Pasta SG con tomate Limanda en salsa verde con verduras de temporada</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>
<p>LUNES 31 553,9Kcal - Prot:32,1g - Lip:17,8g - HC:64,0g Ensalada variada</p> <p>Sopa de ave con fideos SG y virutas de huevo cocido Pechuga de pollo con pisto de verduras</p> <p>Fruta de temporada Pan SG</p>				<p>*Los platos de este menú no se cocinan con ingredientes que puedan contener el alérgeno. *Las cremas, purés y salsas no contienen leche, nata o cualquier otro derivado lácteo. *Revisad las etiquetas de todos los productos utilizados en el menú de forma diaria.</p>

