

# BASAL INFANTIL

DICIEMBRE de 2018

# GLOBAL colectividades



Elaborado por Fidel Salazar Cueto, diplomado en Nutrición Humana y Dietética - Nº de Colegiado AND-00196

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

<p>554Kcal P: 9% HC: 63% L: 28% <b>3</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•PATATAS AJOPOLLO (almendras, huevo, pan...)</li><li>•BUÑUELOS DE BACALAO</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>578Kcal P: 19% HC: 50% L: 29% <b>4</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•TRIGO (patatas, alubias, zanahorias...)</li><li>•LOMO SAJONIA AL HORNO</li></ul> <p>•ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>539Kcal P: 11% HC: 49% L: 38% <b>5</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•CAZUELA FIDEOS C/ABADEJO (patatas, pimientos...)</li><li>•CROQUETAS DE POLLO</li></ul> <p>•ENSALADA LECHUGA Y ZANAHORIA</p> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>509Kcal P: 17% HC: 57% L: 25% <b>6</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•POTAJE CALABAZA C/ GARBANZOS</li><li>•MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIAS</li></ul> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>	<p>542Kcal P: 14% HC: 45% L: 41% <b>7</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO GRATINADO</li><li>•NUGGETS DE POLLO</li></ul> <p>•PATATAS HORNO</p> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>	<p>542Kcal P: 14% HC: 45% L: 41% <b>8</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•POTAJE CALABAZA C/ GARBANZOS</li><li>•MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIAS</li></ul> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>	<p>509Kcal P: 17% HC: 57% L: 25% <b>9</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•POTAJE CALABAZA C/ GARBANZOS</li><li>•MERLUZA AL HORNO EN SALSA DE ZANAHORIAS</li></ul> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>
<p>387Kcal P: 12% HC: 61% L: 28% <b>10</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•CREMA NARANJA (calabaza, zanahoria...)</li><li>•ALBÓNDIGA DE CERDO IBÉRICO SALSA</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>495Kcal P: 19% HC: 56% L: 23% <b>11</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•LENTEJAS CON VERDURA (patatas, j.verdes, pimientos...)</li><li>•MERLUZA RIOJANA (pimiento, cebolla, tomate...)</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>387Kcal P: 12% HC: 55% L: 31% <b>12</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•COCIDO CON BERZA (patata, j.verdes, garbanzo...)</li><li>•TORTILLA DE PATATAS AL HORNO</li><li>•ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>437Kcal P: 18% HC: 50% L: 32% <b>13</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•SOPA DE PICADILLO (pollo, huevo,...)</li><li>•LOMO ADOBADO AL HORNO</li><li>•ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>542Kcal P: 14% HC: 45% L: 41% <b>14</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO GRATINADO</li><li>•NUGGETS DE POLLO</li></ul> <p>•PATATAS HORNO</p> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>	<p>542Kcal P: 14% HC: 45% L: 41% <b>15</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO GRATINADO</li><li>•NUGGETS DE POLLO</li></ul> <p>•PATATAS HORNO</p> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>	<p>542Kcal P: 14% HC: 45% L: 41% <b>16</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO GRATINADO</li><li>•NUGGETS DE POLLO</li></ul> <p>•PATATAS HORNO</p> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>
<p>473Kcal P: 13% HC: 57% L: 28% <b>17</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimiento...)</li><li>•PALITOS DE MERLUZA FRITOS</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>559Kcal P: 14% HC: 45% L: 42% <b>18</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, zanahorias...)</li><li>•SALCHICHAS FRANKFURT HORNO</li></ul> <p>•ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</p> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>533Kcal P: 19% HC: 57% L: 24% <b>19</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•GURULLOS DE ALMERÍA (pimiento, patata, pollo...)</li><li>•TORTILLA FRANCESA</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>500Kcal P: 15% HC: 59% L: 27% <b>20</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•CREMA VERDURAS (calabacín, zanahoria...)</li><li>•ASADILLO DE POLLO (zanahoria, champiñón...)</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>574Kcal P: 14% HC: 58% L: 25% <b>21</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•MENÚ FIESTA DE NAVIDAD</li></ul> <p>•POSTRE NAVIDEÑO</p>	<p>574Kcal P: 14% HC: 58% L: 25% <b>22</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•MENÚ FIESTA DE NAVIDAD</li></ul> <p>•POSTRE NAVIDEÑO</p>	<p>574Kcal P: 14% HC: 58% L: 25% <b>23</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•MENÚ FIESTA DE NAVIDAD</li></ul> <p>•POSTRE NAVIDEÑO</p>
<p>550Kcal P: 12% HC: 58% L: 38% <b>24</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•CODITOS BOLOÑESA (carne picada, tomate...)</li><li>•BOCADITOS DE QUESO</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>576Kcal P: 14% HC: 40% L: 47% <b>25</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•ACELGAS ESPARRAGADAS (almendras, pan...)</li><li>•HAMBURGUESA TERNERA Y CERDO AL HORNO</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>576Kcal P: 14% HC: 40% L: 47% <b>26</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•ACELGAS ESPARRAGADAS (almendras, pan...)</li><li>•HAMBURGUESA TERNERA Y CERDO AL HORNO</li></ul> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>433Kcal P: 14% HC: 62% L: 25% <b>27</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•CREMA NARANJA (calabaza, zanahoria...)</li><li>•LOMO SAJONIA AL HORNO</li></ul> <p>•PATATAS FRITAS</p> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>	<p>574Kcal P: 14% HC: 58% L: 25% <b>28</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•LENTEJAS CON ARROZ (j.verdes, tomate...)</li><li>•TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO</li><li>•ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</li></ul> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>	<p>574Kcal P: 14% HC: 58% L: 25% <b>29</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•LENTEJAS CON ARROZ (j.verdes, tomate...)</li><li>•TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO</li><li>•ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</li></ul> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>	<p>574Kcal P: 14% HC: 58% L: 25% <b>30</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•LENTEJAS CON ARROZ (j.verdes, tomate...)</li><li>•TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO</li><li>•ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</li></ul> <p>•YOGUR DE FRUTAS</p>
<p>540Kcal P: 13% HC: 50% L: 42% <b>31</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>•ARROZ CON TOMATE FRITO</li></ul> <p>•SALCHICHAS FRANKFURT HORNO</p> <p>•FRUTA DEL TIEMPO</p>						

GLOBAL colectividades  
SERVICIO DE CATERING

Calle Salvador Dalí, 7 Huércal de Almería, 04230, Almería  
950650150 - at.cliente@globalcolectividades.es - www.globalcolectividades.es