



Información de los platos

JUEVES, 22 DE MARZO DE 2018

MENÚ 1

Denominación	Alérgenos
Sopa normanda	Apio Lácteos
Familia	Técnica culinaria

Sopas Plato: Primero

Ingredientes

Puerros
Zanahorias
Patatas
Sal
Guarnición, 150 g picadillo de pollo, 1 kg arroz vaporizado
Mantequilla
Caldo blanco de ave (elaboracion propia) *

* Pollo, caparazones Huesos de canilla Huesos de jamón Puerros Zanahorias Cebollas Apio Ajos Sal Agua

Valor nutricional (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	162
Proteínas (g)	3,85
Hidratos carbono (g)	21,9
IG (g)	0
Fibra (g)	0,73
Grasas (g)	6,33
AGS (g)	3,23
AGM (g)	1,59
AGP (g)	0,3
Colesterol (mg)	17,7

Minerales

Calcio (mg)	
Hierro (mg)	
Yodo (mg)	
Magnesio (mg)	
Zinc (mg)	
Selenio (mg)	
Sodio (mg)	
Potasio (mg)	
Fósforo (mg)	

Denominación	Alérgenos
Plato alpujarreño	Huevos
Familia	Técnica culinaria

Carnes Plato: Segundo

Ingredientes

Cebollas
Pimientos verdes
Patatas
Huevos de gallina, frito

Información adicional

(*) Trazas del alérgeno

- La información alérgica se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores, debido a los procesos de elaboración esta puede ser alterada, por lo que, si tiene duda, solicite información al personal de comedores.



Información de los platos

Chorizo
Jamón serrano
Cerdo, lomo
Aceite de oliva
Aceite de girasol

Denominación

Alérgenos

Piña

Familia

Técnica culinaria

Fruta Plato: Postre Frescas

Ingredientes

Piña

Valor nutricional (100 g)

Energía y macronutrientes

Energía (Kcal)	49
Proteínas (g)	0,5
Hidratos carbono (g)	11,5
IG (g)	0
Fibra (g)	1,2
Grasas (g)	0
AGS (g)	0
AGM (g)	0,1
AGP (g)	0,1
Colesterol (mg)	0

Minerales

Calcio (mg)	
Hierro (mg)	
Yodo (mg)	
Magnesio (mg)	
Zinc (mg)	
Selenio (mg)	
Sodio (mg)	
Potasio (mg)	
Fósforo (mg)	

Denominación

Alérgenos

Vino tinto

Sulfitos

Familia

Técnica culinaria

Bebidas Plato: Bebida

Ingredientes

Vino tinto

Información adicional

(*) Trazas del alérgeno

- La información alérgica se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores, debido a los procesos de elaboración esta puede ser alterada, por lo que, si tiene duda, solicite información al personal de comedores.