ARCÁNGEL: MENÚ - VEGETARIANO NOVIEMBRE 2026

Global colectividades

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	**3** (G) SOPA DE PASTA MARAVILLA CON VERDURA SIN CARNE (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 408,60 Prot: 10,36g Hidrat: 61,86g Grasas: 12,54g Sat: 2,10g Azúc: 10,52g Sal: 2,36g	**4** (G) MACARRONES CON VERDURAS (cebolla, pimiento, zanahoria) (G) QUESO FRESCO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 421,50 Prot: 14,25g Hidrat: 68,34g Grasas: 9,63g Sat: 4,03g Azúc: 11,98g Sal: 1,01g	**5** (G) CREMA DE CALABACÍN (patata, cebolla, aceite) (C) ARROZ 3 DELICIAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 526,71 Prot: 13,58g Hidrat: 93,12g Grasas: 11,20g Sat: 1,72g Azúc: 19,86g Sal: 0,48g	**6** (C) LENTEJAS HORTELANAS (j.verdes, patata, zanahoria, pimiento...) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 548,35 Prot: 20,35g Hidrat: 79,22g Grasas: 14,95g Sat: 3,57g Azúc: 22,30g Sal: 2,53g
9 (G) CREMA NARANJA (patata, calabaza, zanahoria, cebolla) (G) ROLLITOS DE PRIMAVERA (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 470,25 Prot: 8,36g Hidrat: 72,55g Grasas: 16,15g Sat: 2,03g Azúc: 13,51g Sal: 1,31g	**10** (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (C) ENSALADA COMPLETA (cherry, huevo, lechuga, queso, aceituna, aceite) (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 492,55 Prot: 16,12g Hidrat: 64,84g Grasas: 17,64g Sat: 3,88g Azúc: 10,81g Sal: 1,27g	**11** (C) CAZUELA DE FIDEOS CON VERDURA (patata, tomate, pimiento, guisante) (G) ENS. LECHUGA, ZANAHORIA, REMOLACHA, QUESO, HUEVO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 622,70 Prot: 17,25g Hidrat: 93,09g Grasas: 19,48g Sat: 3,68g Azúc: 12,40g Sal: 2,11g	**12** (C) CREMA DE VERDURAS (patata, puerro, cebolla, aceite) (C) ARROZ 3 DELICIAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 563,06 Prot: 14,10g Hidrat: 97,00g Grasas: 13,36g Sat: 2,00g Azúc: 22,67g Sal: 0,48g	**13** (C) POTAJE DE CALABAZA (laurel, ajo, pimiento, garbanzo, patata, zanahoria) (C) QUESO CON MEMBRILLO (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 467,92 Prot: 15,48g Hidrat: 71,83g Grasas: 13,61g Sat: 4,74g Azúc: 23,12g Sal: 1,31g
16 (C) CREMA DE CALABAZA (patata, zanahoria, cebolla, aceite) (C) ARROZ 3 DELICIAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 585,41 Prot: 13,96g Hidrat: 93,32g Grasas: 18,31g Sat: 2,70g Azúc: 18,93g Sal: 0,78g	**17** (C) LENTEJAS HORTELANAS (j.verdes, patata, zanahoria, pimiento...) (G) TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 474,45 Prot: 14,88g Hidrat: 71,39g Grasas: 13,39g Sat: 1,89g Azúc: 9,48g Sal: 1,62g	**18** (G) COCIDO CON VERDURAS SIN CARNE (garbanzo, j,verde, patata, puerro) (G) ENSALADA CON QUESO, CHERRY, HUEVO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 339,92 Prot: 11,12g Hidrat: 50,55g Grasas: 10,76g Sat: 2,58g Azúc: 9,99g Sal: 1,27g	**19** (G) ALUBIAS CON VERDURAS (j. secas, patata, zanahoria, cebolla, ajo) (G) MENESTRA DE VERDURAS COCIDA (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 411,25 Prot: 11,76g Hidrat: 62,84g Grasas: 11,44g Sat: 1,57g Azúc: 13,49g Sal: 0,94g	**20** (G) ESPIRALES CON TOMATE Y QUESO GRATINADO (tomate, queso...) (G) HAMBURGUESA DE KALE Y QUINOA (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 498,80 Prot: 15,02g Hidrat: 71,62g Grasas: 16,99g Sat: 3,66g Azúc: 24,44g Sal: 2,12g
23 (C) ALUBIAS CON VERDURAS (patata, j.seca, tomate, pimiento, zanahoria, ajo) (G) BRÓCOLI HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 613,40 Prot: 18,19g Hidrat: 75,26g Grasas: 26,66g Sat: 3,67g Azúc: 8,86g Sal: 1,64g	**24** (G) GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, cebolla, pimiento, ajo, tomate) (G) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 478,53 Prot: 11,98g Hidrat: 75,86g Grasas: 14,13g Sat: 2,11g Azúc: 9,45g Sal: 1,92g	**25** (C) GURULLOS DE ALMERIA SIN CARNE (patata, pimiento, guisante, ajo) (G) ENSALADA CON LECHUGA, CHERRY Y QUESO (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 569,60 Prot: 16,00g Hidrat: 98,27g Grasas: 13,16g Sat: 2,68g Azúc: 11,31g Sal: 0,84g	**26** (C) CREMA DE VERDURAS (patata, puerro, cebolla, aceite) (C) ARROZ 3 DELICIAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 563,06 Prot: 14,10g Hidrat: 97,00g Grasas: 13,36g Sat: 2,00g Azúc: 22,67g Sal: 0,48g	**27** (G) GUISILLO DE VERDURAS (patata, cebolla, pimiento, j.tiernas) (G) TOFU (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 391,80 Prot: 14,00g Hidrat: 60,90g Grasas: 9,73g Sat: 2,44g Azúc: 22,00g Sal: 1,09g
30 (G) SOPA DE PASTA MARAVILLA CON VERDURA SIN CARNE (A) HUEVO DURO (G) MENESTRA DE VERDURAS AL VAPOR (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 409,55 Prot: 14,39g Hidrat: 51,84g Grasas: 16,00g Sat: 3,36g Azúc: 9,97g Sal: 1,36g	**3**	**4**	**5**	**6**

GLUTEN | HUEVO | PESCADO | MOLUSCO | SOJA | ALTRAMUCES | LECHE | SÉSAMO | FRUTOS DE CÁSCARA | APIO | MOSTAZA | SULFITOS | CACAHUETE | CRUSTÁCEOS

La empresa se reserva el derecho a modificar el menú programado, según las necesidades operativas o imprevistos, garantizando el equilibrio nutricional del mismo.