ARCÁNGEL: MENÚ - F.SECOS, LEGUMBRES, PESCADO, SETAS, SOJA, POLLO
NOVIEMBRE 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	**3** (A) SOPA DE FIDEOS SIN GLUTEN CON POLLO (sin cerdo) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (C) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 627,74 Prot: 22,29g Hidrat: 88,31g Grasas: 27,21g Sat: 7,91g Azúc: 9,64g Sal: 1,53g	**4** (A) MACARRONES BOLOÑESA SIN GLUTEN (c. picada, tomate, cebolla, orégano) (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 876,14 Prot: 24,51g Hidrat: 111,28g Grasas: 42,89g Sat: 9,35g Azúc: 14,69g Sal: 3,25g	**5** (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) PATATAS FRITAS (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 581,01 Prot: 15,98g Hidrat: 77,21g Grasas: 31,28g Sat: 7,34g Azúc: 14,65g Sal: 1,49g	**6** (G) GUISO DE PATATAS SIN LEGUMBRES (pimiento, cebolla, tomate, ajo) (C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) ZANAHORIAS BABY (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 527,52 Prot: 15,20g Hidrat: 72,95g Grasas: 18,79g Sat: 4,08g Azúc: 23,62g Sal: 2,03g
9 (G) GUISILLO DE POLLO SIN GUISANTES (patata, cebolla, zanahoria...) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 505,34 Prot: 20,35g Hidrat: 69,16g Grasas: 23,04g Sat: 6,85g Azúc: 8,72g Sal: 1,46g	**10** (G) GUISO DE PATATAS SIN LEGUMBRES (pimiento, cebolla, tomate, ajo) (C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 491,88 Prot: 11,36g Hidrat: 69,35g Grasas: 18,51g Sat: 2,92g Azúc: 9,87g Sal: 1,77g	**11** (G) CAZUELA ARROZ POLLO SIN GUISANTES (tomate, aceite) (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 679,95 Prot: 18,25g Hidrat: 83,78g Grasas: 29,61g Sat: 4,98g Azúc: 10,15g Sal: 2,70g	**12** (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) PATATAS HORNO (aceite, laurel) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 595,80 Prot: 16,09g Hidrat: 79,10g Grasas: 32,61g Sat: 7,72g Azúc: 16,30g Sal: 1,93g	**13** (G) POTAJE DE CALABAZA SIN LEGUMBRES (patata, zanahoria, cebolla, pimiento) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) ZANAHORIAS BABY (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 499,74 Prot: 18,35g Hidrat: 62,48g Grasas: 26,10g Sat: 8,35g Azúc: 23,93g Sal: 1,66g
16 (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 550,97 Prot: 14,48g Hidrat: 68,03g Grasas: 25,92g Sat: 4,06g Azúc: 9,58g Sal: 1,78g	**17** (G) GUISO DE PATATAS SIN LEGUMBRES (pimiento, cebolla, tomate, ajo) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 484,46 Prot: 15,34g Hidrat: 67,14g Grasas: 23,77g Sat: 6,90g Azúc: 10,26g Sal: 1,18g	**18** (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 586,16 Prot: 11,71g Hidrat: 79,56g Grasas: 25,68g Sat: 3,52g Azúc: 14,21g Sal: 3,36g	**19** (G) SOPA DE FIDEOS CON VERDURA SIN GLUTEN (sin carne) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 437,60 Prot: 14,31g Hidrat: 58,17g Grasas: 23,08g Sat: 7,02g Azúc: 13,50g Sal: 1,12g	**20** (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) ENSALADA LECHUGA, PEPINO, ATÚN, ZANAHORIA (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN BLANCO Kcal: 686,20 Prot: 22,58g Hidrat: 78,47g Grasas: 39,69g Sat: 10,25g Azúc: 23,84g Sal: 2,37g
23 (G) GUISILLO DE VERDURAS SIN LEGUMBRES (cebolla,zanahoria,pimiento, tomate) (C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 416,26 Prot: 9,55g Hidrat: 55,00g Grasas: 17,38g Sat: 2,79g Azúc: 8,18g Sal: 1,69g	**24** (G) ARROZ CON TOMATE FRITO (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA (G) FRUTA DE TEMPORADA (P) (G) PAN BLANCO Kcal: 496,87 Prot: 15,01g Hidrat: 68,62g Grasas: 26,21g Sat: 6,89g Azúc: 8,98g Sal: 1,19g	**25** (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (C) TORTILLA DE PATATAS AL HORNO (G) ZANAHORIAS BABY (G) FRUTA DE TEMPORADA (N) (G) PAN BLANCO Kcal: 564,56 Prot: 11,47g Hidrat: 78,98g Grasas: 23,64g Sat: 3,24g Azúc: 14,21g Sal: 3,36g	**26** (G) MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN (tomate, cebolla, ajo, orégano) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (PL) (G) PAN BLANCO Kcal: 551,60 Prot: 15,69g Hidrat: 75,30g Grasas: 29,59g Sat: 7,30g Azúc: 16,13g Sal: 1,93g	**27** (G) GUISILLO MAGRA SIN GUISANTES (patata, cebolla, pimiento, tomate) (C) TORTILLA FRANCESA AL HORNO (G) ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ (G) YOGUR DE FRUTAS (G) PAN INTEGRAL Kcal: 537,29 Prot: 21,45g Hidrat: 59,42g Grasas: 23,04g Sat: 5,51g Azúc: 19,66g Sal: 1,85g
30 (A) MACARRONES BOLOÑESA SIN GLUTEN (c. picada, tomate, cebolla, orégano) (G) LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, zanahoria, ajo, h.provenzales) (G) FRUTA DE TEMPORADA (M) (G) PAN BLANCO Kcal: 758,88 Prot: 24,08g Hidrat: 102,26g Grasas: 41,73g Sat: 11,98g Azúc: 12,19g Sal: 1,82g	**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.