ARCÁNGEL: MENÚ - TX NOVIEMBRE 2025

Global colectividades

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	**4** (G) TX LENTEJAS CON VERDURAS (patata, tomate, zanahoria, j.verde, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 436,35 Prot: 16,56g Hidrat: 59,66g Grasas: 13,40g Sat: 2,95g Azúc: 20,50g Sal: 0,39g	**5** (G) TX COCIDO CON VERDURAS (apio, j.verde, garbanzos...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 334,07 Prot: 8,65g Hidrat: 43,18g Grasas: 14,17g Sat: 2,84g Azúc: 19,49g Sal: 0,26g	**6** (G) TX VERDURA CON TERNERA (patata, cebolla, calabacín, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 262,90 Prot: 5,72g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,63g Sat: 2,78g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	**7** (G) TX DE VERDURA CON MERLUZA (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g
10 (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata, pimiento, tomate, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 427,50 Prot: 13,53g Hidrat: 60,19g Grasas: 13,12g Sat: 2,91g Azúc: 19,13g Sal: 0,30g	**11** (G) TX GARBANZOS CON ARROZ (patata, j.verdes, pimiento, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 334,31 Prot: 9,90g Hidrat: 51,62g Grasas: 10,36g Sat: 2,22g Azúc: 18,81g Sal: 0,34g	**12** (G) TX GURULLOS CON POLLO (pimiento, cebolla, patata, tomate, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 526,90 Prot: 19,63g Hidrat: 81,15g Grasas: 13,82g Sat: 3,14g Azúc: 18,84g Sal: 0,60g	**13** (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	**14** (G) TX GUISILLO DE MAGRA (patata, cebolla, pimiento, guisante, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 281,60 Prot: 14,40g Hidrat: 36,90g Grasas: 7,97g Sat: 2,95g Azúc: 17,68g Sal: 0,15g
17 (G) TX DE VERDURA CON MERLUZA (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 297,30 Prot: 11,02g Hidrat: 32,63g Grasas: 13,24g Sat: 2,87g Azúc: 20,20g Sal: 0,14g	**18** (G) TX DE VERDURAS, ARROZ Y POLLO (patata, cebolla, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 452,11 Prot: 13,41g Hidrat: 68,88g Grasas: 13,27g Sat: 2,87g Azúc: 21,47g Sal: 0,41g	**19** (G) TX ACELGAS ESPARRAGADAS (garbanzos, zanahoria, tomate, pimiento) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 330,77 Prot: 8,69g Hidrat: 41,71g Grasas: 14,45g Sat: 2,86g Azúc: 17,65g Sal: 0,39g	**20** (G) CREMA DE CALABAZA, ZANAHORIA Y HUEVO (cebolla, patata, aceite) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 395,75 Prot: 11,10g Hidrat: 54,21g Grasas: 14,71g Sat: 3,41g Azúc: 22,98g Sal: 0,14g	**21** (G) TX LENTEJAS CON ARROZ (patata, tomate,cebolla, zanahoria, ajo, j.verde) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 357,30 Prot: 13,76g Hidrat: 54,66g Grasas: 8,39g Sat: 2,24g Azúc: 19,24g Sal: 0,33g
24 (G) TX VERDURA CON ABADEJO (patata, cebolla, zanahoria, calabacín) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 293,30 Prot: 12,68g Hidrat: 30,73g Grasas: 12,91g Sat: 2,83g Azúc: 20,11g Sal: 0,14g	**25** (G) TX COCIDO ANDALUZ (apio, garbanzo puerro, zanahoria) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 228,66 Prot: 8,84g Hidrat: 38,63g Grasas: 4,62g Sat: 1,46g Azúc: 19,04g Sal: 0,40g	**26** (G) TX GUISILLO DE POLLO (patata, pimiento, zanahoria, cebolla) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 347,30 Prot: 13,34g Hidrat: 54,17g Grasas: 8,08g Sat: 2,17g Azúc: 18,47g Sal: 0,51g	**27** (G) TX ALUBIAS CON VERDURAS (patata, pimiento, tomate, cebolla, ajo) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 427,50 Prot: 13,53g Hidrat: 60,19g Grasas: 13,12g Sat: 2,91g Azúc: 19,13g Sal: 0,30g	**28** (G) CREMA DE CALABAZA CON TERNERA (patata, aceite...) (G) YOGUR DE FRUTAS Kcal: 285,10 Prot: 6,69g Hidrat: 36,13g Grasas: 12,71g Sat: 2,78g Azúc: 20,81g Sal: 0,14g

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