

MES: **enero-22**

MENÚ: **(09) - SIN LEGUMINOSAS**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional	
3	VACACIONES DE NAVIDAD	4	VACACIONES DE NAVIDAD	5	VACACIONES DE NAVIDAD	6	VACACIONES DE NAVIDAD	7	VACACIONES DE NAVIDAD		kcl:
											Prot
											HC:
											Lip:
10	Guiso de patata Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y pan	11	Crema de puerro Merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan	12	Sopa minestrone Tortilla de patata Ensalada Fruta y pan	13	Salteado de verduras Pincho moruno de cerdo con salteado de arroz Ensalada Yogur y pan	14	Puré de patata Abadejo al horno Ensalada Fruta y pan		kcl: 704,9
											Prot 24,0
											HC: 93,8
											Lip: 23,6
17	Crema de zanahoria Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	18	Acelgas rehogadas Pollo asado en su jugo Ensalada Fruta y pan	19	Arroz con tomate Filete de abadejo al horno con verduras Fruta y pan	20	Sopa de cocido Pechuga al horno Ensalada Yogur y pan	21	Coliflor rehogada Longaniza asada Ensalada Fruta y pan		kcl: 684,0
											Prot 24,0
											HC: 90,6
											Lip: 22,5
24	Puré de patata Merluza al horno Fruta y pan	25	Crema de calabacín Lomo al pimentón Ensalada Fruta y pan	26	Guiso de patata Abadejo en pepitoria Ensalada Fruta y pan	27	Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Ensalada Yogur y pan	28	Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa Fruta y pan		kcl: 687,4
											Prot 24,6
											HC: 92,9
											Lip: 21,7
31	FESTIVO										kcl: 685,4
											Prot 23,7
											HC: 88,3
											Lip: 23,9