

MES: **enero-23**

MENÚ: **(08) - SIN PESCADO**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	VACACIONES DE NAVIDAD	3	VACACIONES DE NAVIDAD	4	VACACIONES DE NAVIDAD	5	VACACIONES DE NAVIDAD	6	VACACIONES DE NAVIDAD	0
9	Macarrones pomodoro Revuelto de york Ensalada Fruta y pan	10	Guiso de alubias Pollo al chilindrón Fruta y pan	11	Crema de zanahoria Ternera guisada Ensalada Fruta y pan	12	Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Ensalada Yogur y pan	13	Lentejas a la campesina Pechuga al horno Fruta y pan	kcl: 711,4 Prot: 26,2 HC: 90,5 Lip: 24,3
16	Potaje de garbanzos con arroz Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Ensalada Fruta y pan	17	Crema de verduras Pechuga al horno Fruta y pan	18	Sopa minestrone Tortilla de patata Ensalada Fruta y pan	19	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Yogur y pan	20	Alubias estofadas Lomo en salsa casera Ensalada Fruta y pan	kcl: 715,2 Prot: 26,7 HC: 90,9 Lip: 24,8
23	Crema de zanahoria Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	24	Lentejas a la castellana Pollo en salsa Fruta y pan	25	Arroz con tomate Estofado de pavo Ensalada Fruta y pan	26	Sopa de cocido Cocido completo Ensalada Yogur y pan	27	Menestra salteada Empanada de ternera Fruta y pan	kcl: 692,4 Prot: 25,4 HC: 89,7 Lip: 23,2
30	FESTIVO	31	Crema de calabacín Albóndigas de cerdo en salsa española Fruta y pan							kcl: 703,0 Prot: 25,1 HC: 90,3 Lip: 24,4