

MES: mayo-24

MENÚ: (03) - SIN HUEVO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1 FESTIVO	2 Lentejas guisadas con verduras Merluza encebollada Ensalada de lechuga Yogur y pan	3 Crema de zanahoria Albóndigas de cerdo a la jardinera Fruta y pan	kcl: 688,4 Prot: 24,8 HC: 88,4 Lip: 23,7
6 Alubias estofadas Abadejo ajoarriero Fruta y pan	7 Arroz caldoso de verduras Lomo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	8 Potaje de garbanzos Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	9 Crema de verduras Pollo en salsa de champiñones Yogur y pan	10 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Ternera guisada Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 703,9 Prot: 25,7 HC: 89,4 Lip: 24,2
13 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Fruta y pan	14 Lentejas estofadas Merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan	15 Arroz con tomate Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	16 Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan	17 Crema de calabacín Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 697,9 Prot: 25,1 HC: 89,9 Lip: 23,9
20 Guiso de alubias Abadejo al horno Fruta y pan	21 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	22 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Merluza en salsa vizcaína Ensalada de lechuga Fruta y pan	23 Arroz caldoso de verduras Magro con champiñones Ensalada de lechuga Yogur y pan	24 Lentejas a la campesina Pollo al chilindrón Fruta y pan	kcl: 683,7 Prot: 26,6 HC: 88,9 Lip: 20,2
27 Potaje de garbanzos Merluza encebollada Ensalada de lechuga Fruta y pan	28 Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan	29 Sopa de verduras Limanda al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	30 Judías verdes con refrito Magro a la campesina Yogur y pan	31 Alubias estofadas Abadejo ajoarriero Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 710,3 Prot: 24,5 HC: 94,1 Lip: 23,8

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES