

MES: mayo-24

MENÚ: (09) - SIN LEGUMINOSAS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1 FESTIVO	2 Brócoli rehogado Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan	3 Crema de zanahoria Lomo en salsa casera Fruta y pan	kcl: 685,4 Prot: 23,7 HC: 88,3 Lip: 23,9
6 Guiso de patata Abadejo ajoarriero Fruta y pan	7 Arroz caldoso de verduras Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	8 Acelgas rehogadas Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	9 Crema de calabaza Pollo en salsa de champiñones Yogur y pan	10 Pasta pomodoro Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 694,1 Prot: 25,9 HC: 89,1 Lip: 23,2
13 Coliflor rehogada Pavo guisado con verduras Fruta y pan	14 Acelgas con patata Merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan	15 Arroz con tomate Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	16 Sopa casera Lomo encebollado Ensalada de lechuga Yogur y pan	17 Crema de calabacín Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 681,0 Prot: 22,7 HC: 88,5 Lip: 23,7
20 Guiso de patata Abadejo al horno Fruta y pan	21 Crema de brócoli Ternera guisada Ensalada de lechuga Fruta y pan	22 Pasta a la napolitana Merluza en salsa vizcaína Ensalada de lechuga Fruta y pan	23 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur y pan	24 Salteado de verduras Pollo al chilindrón Fruta y pan	kcl: 682,7 Prot: 25,2 HC: 90,2 Lip: 20,2
27 Brócoli rehogado Merluza encebollada Ensalada de lechuga Fruta y pan	28 Crema de puerro Pollo con arroz Fruta y pan	29 Sopa casera Limanda al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	30 Guiso de patata Magro a la campesina Yogur y pan	31 Acelgas rehogadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 704,9 Prot: 24,0 HC: 93,8 Lip: 23,6

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES