

MES: junio-24

MENÚ: (10) - SIN FRUTOS SECOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
					kcl: ..... Prot: ..... HC: ..... Lip: .....
3 Crema de zanahoria Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	4 Lentejas a la castellana Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	5 Arroz con tomate Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan	6 Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan	7 Menestra salteada Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: ..... Prot: ..... HC: ..... Lip: .....
10 Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan	11 Crema de calabacín Pollo al chilindrón Fruta y pan	12 Lentejas a la jardinera Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	13 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan	14 Guiso de alubias con verduras Albóndigas de cerdo en salsa española Fruta y pan	kcl: ..... Prot: ..... HC: ..... Lip: .....
17 Lentejas a la campesina Salmón en salsa pomodoro Ensalada de lechuga Fruta y pan	18 Judías verdes con refrito Magro de cerdo a la campesina Fruta y pan	19 Sopa de fideos con verduras Pollo en salsa Fruta y pan	20 Potaje de garbanzos Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan	21 Arroz con tomate Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: ..... Prot: ..... HC: ..... Lip: .....
24	25	26	27	28	kcl: ..... Prot: ..... HC: ..... Lip: .....