

MES: junio-24

MENÚ: 32. NO TOMATE NI DERIVADOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
3 Crema de zanahoria Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	4 Guisantes rehogados Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	5 Arroz blanco Abadejo al horno Fruta y pan	6 Sopa de ave Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	7 Menestra salteada Estofado de pavo Fruta y pan	kcl: 684,71 Prot: 23,72 HC: 92,64 Lip: 21,96
10 Macarrones sin gluten ni huevo Merluza en salsa vizcaína Ensalada de lechuga Fruta y pan	11 Crema de calabacín Lomo encebollado Fruta y pan integral	12 Garbanzos con verduras Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	13 Arroz salteado Tortilla de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	14 Guiso de alubias con verduras Lomo asado Fruta y pan	kcl: 681,47 Prot: 24,37 HC: 93,51 Lip: 20,88
17 Guisantes rehogados Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	18 Judías verdes con refrito Magro con champiñones Fruta y pan integral	19 Sopa de ave Pechuga al horno Fruta y pan	20 Garbanzos con verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	21 Arroz blanco Merluza en salsa de zanahoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 683,88 Prot: 23,26 HC: 89,04 Lip: 23,15
24	25	26	27	28	

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES