

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: abril-25

MENÚ: 2. HIPOCALÓRICO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
	1 Macarrones integrales eco con salsa napolitana  Filete de abadejo en salsa verde Ensalada de lechuga  Fruta y pan integral	2  Crema de verduras  Pollo al chilindrón  Fruta y pan	3  Potaje de garbanzos  Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga  Yogur desnatado y pan integral	4  Verdura tricolor  Magro a la campesina  Fruta y pan	kcl: 561,94  Prot: 19,31  HC: 72,73  Lip: 19,52
7  Sopa de verduras  Abadejo al horno  Fruta y pan	8  Guiso de alubias  Lomo asado Ensalada de lechuga  Fruta y pan integral	9  Menestra salteada  Pavo guisado con verduras  Fruta y pan	10  Lentejas eco a la campesina  Pechuga al horno Ensalada de lechuga  Yogur desnatado y pan integral	11  Espinacas salteadas  Limanda al horno Ensalada de lechuga  Fruta y pan	kcl: 572,94  Prot: 20,22  HC: 72,84  Lip: 20,36
14  SEMANA SANTA	15  SEMANA SANTA	16  SEMANA SANTA	17  SEMANA SANTA	18  SEMANA SANTA	
21  SEMANA SANTA	22  FESTIVO	23  FESTIVO	24  Sopa de verduras  Ternera guisada Ensalada de lechuga  Yogur desnatado y pan integral	25  Arroz eco caldoso de verduras  Filete de abadejo en salsa  Fruta y pan	kcl: 573,45  Prot: 19,75  HC: 73,60  Lip: 20,14
28  Crema de zanahoria eco  Pollo en salsa de champiñones  Fruta y pan	29  Sopa de verduras  Abadejo en pepitoria Ensalada de lechuga  Fruta y pan integral	30  Lentejas a la jardinera  Lomo encebollado Ensalada de lechuga  Fruta y pan			kcl: 560,82  Prot: 19,82  HC: 72,78  Lip: 19,20

**VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)**