

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: junio-25

MENÚ: (03) - SIN HUEVO

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	Potaje de garbanzos Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	3	Crema de zanahoria eco Pollo en salsa Fruta y pan	4	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	5	Alubias estofadas Pechuga al horno Ensalada de lechuga Yogur y pan	6	Verdura tricolor Magro a la campesina Fruta y pan	kcal: 710,3 Prol: 24,5 HC: 94,1 Lip: 23,8
9	Lentejas eco estofadas Pollo al limón Ensalada de lechuga Fruta y pan	10	Patatas guisadas Abadejo ajoarriero Fruta y pan	11	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan	12	Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan	13	Arroz caldoso de verduras Lomo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcal: 684,0 Prol: 25,4 HC: 88,4 Lip: 23,0
16	Guiso de alubias Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	17	Crema de calabacín eco Magro guisado con verduras Fruta y pan	18	Lentejas a la jardinera Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	19	Menestra salteada Limanda en pepitoria Yogur y pan	20	Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcal: 691,5 Prol: 25,5 HC: 92,5 Lip: 22,0
23		24		25		26		27		0 0 0 0
30										

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES