

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: junio-25

MENÚ: (09) - SIN LEGUMINOSAS

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	Guiso de patata Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	3	Crema de zanahoria eco Pollo en salsa Fruta y pan	4	Pasta a la napolitana Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	5	Salteado de verduras Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Yogur y pan	6	Brócoli rehogado Magro a la campesina Fruta y pan	kcd: 704,9 Prol: 24,0 HC: 93,8 Lip: 23,6
9	Acelgas rehogadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	10	Patatas guisadas Abadejo ajoarriero Fruta y pan	11	Coliflor rehogada Pavo guisado con verduras Fruta y pan	12	Sopa casera Ternera guisada Ensalada de lechuga Yogur y pan	13	Arroz caldoso de verduras Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcd: 684,0 Prol: 24,0 HC: 90,6 Lip: 22,5
16	Salteado de verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	17	Crema de calabacín eco Magro guisado con verduras Fruta y pan	18	Acelgas con patata Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	19	Brócoli rehogado Limanda en pepitoria Yogur y pan	20	Pasta pomodoro Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcd: 687,4 Prol: 24,6 HC: 92,9 Lip: 21,7
23		24		25		26		27		0 0 0 0
30										0 0 0 0

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES