

MES: junio-25

MENÚ: (10) - SIN FRUTOS SECOS

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional	
2	Potaje de garbanzos Salmón al horno con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	3	Crema de zanahoria eco Pollo en salsa Fruta y pan	4	Macarrones integrales eco con salsa napolitana Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan	5	Alubias estofadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Yogur y pan	6	Verdura tricolor Magro a la campesina Fruta y pan	kcl: Prol: HC: Lip:	
9	Lentejas eco estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	10	Patatas guisadas Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan	11	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan	12	Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan	13	Arroz caldoso de verduras Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: Prol: HC: Lip:	
16	Guiso de alubias Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan	17	Crema de calabacín eco Magro guisado con verduras Fruta y pan	18	Lentejas a la jardinera Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	19	Menestra salteada Guiso de caballa Yogur y pan	20	Espirales con salsa pomodoro Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: Prol: HC: Lip:	
23		24		25		26		27	kcl: Prol: HC: Lip:		
30									kcl: Prol: HC: Lip:		