

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DEaramark

MES: diciembre-25

MENÚ:

8. NO PESCADO

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Alubias estofadas	2	Sopa de sémola de arroz	3	Crema de verduras	4	Judías verdes con refrito	5	Potaje de garbanzos	kcl: 722,37
	Estofado de pavo		Pollo en salsa		Ternera guisada		Magro a la campesina		Tortilla francesa	Prot: 26,17
	Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga	HC: 88,12
	Fruta y pan		Fruta y pan		Fruta y pan		Yogur y pan		Fruta y pan	Lip: 26,68
8	FESTIVO	9	Lentejas eco estofadas con arroz integral	10	Menestra salteada	11	Sopa casera	12	Arroz Eco caldoso de verduras	kcl: 702,33
			Tortilla de patata		Estofado de pavo con verduras		Cocido completo		Lomo al horno	Prot: 24,80
			Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga			HC: 89,82
			Fruta y pan		Fruta y pan		Yogur y pan		Fruta y pan	Lip: 24,58
15	Guiso de alubias con arroz integral	16	Verdura tricolor	17	Crema de brócoli	18	Lentejas Eco a la castellana	19	Pasta pomodoro	kcl: 711,42
	Pollo asado		Magro de cerdo con arroz		Ternera guisada		Tortilla de york		Pechuga al horno	Prot: 26,19
					Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	HC: 90,48
	Fruta y pan		Fruta y pan		Fruta y pan		Yogur y pan		Fruta y pan	Lip: 24,26
22	VACACIONES DE NAVIDAD	23	VACACIONES DE NAVIDAD	24	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	
29	VACACIONES DE NAVIDAD	30	VACACIONES DE NAVIDAD	31	VACACIONES DE NAVIDAD					

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES