

**MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DEaramark**

MES: diciembre-25

MENÚ:

**9. NO LEGUMINOSAS**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Salteado de verduras	2	Sopa de sémola de arroz	3	Crema de calabaza	4	Acelgas con patata	5	Brócoli rehogado	kcl: 694,11
	Limanda al horno		Pollo en salsa		Revuelto de atún		Magro a la campesina		Tortilla francesa	Prot: 25,90
	Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga	HC: 89,11
	Fruta y pan		Fruta y pan		Fruta y pan		Yogur y pan		Fruta y pan	Lip: 23,22
8	FESTIVO	9	Crema de puerro	10	Coliflor rehogada	11	Sopa casera	12	Arroz Eco caldoso de verduras	kcl: 681,01
		9	Tortilla de patata	10	Estofado de pavo con verduras	11	Pollo al limón	12	Abadejo ajoarriero	Prot: 22,74
		9	Ensalada de lechuga	10		11	Ensalada de lechuga	12		HC: 88,53
		9	Fruta y pan	10	Fruta y pan	11	Yogur y pan	12	Fruta y pan	Lip: 23,70
15	Guiso de patata	16	Acelgas rehogadas	17	Crema de brócoli	18	Salteado de verduras	19	Pasta pomodoro	kcl: 682,67
	Abadejo al horno		Magro de cerdo con arroz		Limanda en pepitoria		Tortilla de york		Pechuga al horno	Prot: 25,21
					Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	HC: 90,16
	Fruta y pan		Fruta y pan		Fruta y pan		Yogur y pan		Fruta y pan	Lip: 20,15
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**