

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: septiembre-22

MENÚ: 1

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
			8	9	Arroz caldoso de verduras Tortilla de queso kcl: 687,19 Prot: 25,67 HC: 90,65 Lip: 20,23
12 Potaje de garbanzos con arroz Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno	13 Crema de verduras Filete de merluza en salsa verde	14 Sopa de verduras Tortilla de patata	15 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras	16 Alubias estofadas Merluza al horno	kcl: 709,97 Prot: 24,57 HC: 94,12 Lip: 23,70
19 Crema de zanahoria Tortilla de calabacín	20 Guisantes rehogados Pollo asado en su jugo	21 Arroz con tomate Merluza encebollada	22 Sopa de verduras Empanada sin gluten ni huevo de atún	23 Menestra salteada Magro estofado en salsa cazadora	kcl: 686,24 Prot: 24,30 HC: 90,89 Lip: 22,45
26 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera	27 Crema de calabacín Lomo adobado al horno	28 Guisantes rehogados Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas	29 Arroz caldoso de verduras Tortilla alemana	30 Guiso de alubias con verduras Albóndigas de cerdo en salsa española	kcl: 690,67 Prot: 25,28 HC: 92,47 Lip: 21,96

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES