

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: septiembre-22

MENÚ: 6

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
			8	9	Arroz caldoso de verduras Tortilla de queso kcl: 704,85 Prot: 25,52 HC: 91,21 Lip: 24,01
12 Potaje de garbanzos con arroz Tiras de mar en salsa americana	13 Crema de verduras Filete de merluza en salsa verde	14 Sopa de verduras Tortilla de patata	15 Judías verdes con refrito Salmón al horno	16 Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa	kcl: 704,25 Prot: 25,06 HC: 92,56 Lip: 23,54
19 Crema de zanahoria Tortilla de calabacín	20 Lentejas a la castellana Merluza en salsa vizcaína	21 Arroz con tomate Tiras de mar (pota) rebozadas	22 Sopa de verduras Empanada de atún	23 Menestra salteada Huevos aurora	kcl: 706,20 Prot: 23,88 HC: 91,62 Lip: 24,53
26 Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera	27 Crema de calabacín Merluza encebollada	28 Lentejas a la jardinera Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas	29 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa	30 Guiso de alubias con verduras Albóndigas de merluza y pota a la griega	kcl: 698,57 Prot: 24,28 HC: 91,17 Lip: 23,86

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES