

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: septiembre-22

MENÚ: 9

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
			8	9	Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa kcl: 682,67 Prot: 25,21 HC: 90,16 Lip: 20,15
12 Guiso de patata Lomo con pimientos	13 Crema de puerro Merluza en salsa de zanahoria	14 Sopa minestrone Tortilla de patata	15 Salteado de verduras Pavo guisado con verduras	16 Puré de patata Merluza al horno	kcl: 704,91 Prot: 23,95 HC: 93,79 Lip: 23,56
19 Crema de zanahoria Tortilla de calabacín	20 Acelgas con patata Pollo asado en su jugo	21 Arroz con tomate Merluza encebollada	22 Sopa de cocido Empanada de atún	23 Coliflor rehogada Magro estofado en salsa cazadora	kcl: 684,00 Prot: 24,01 HC: 90,62 Lip: 22,45
26 Macarrones a la napolitana Merluza al horno	27 Crema de calabacín Lomo adobado al horno	28 Guiso de patata Merluza ajoarriero	29 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa	30 Puré de patata Magro con champiñones	kcl: 687,44 Prot: 24,61 HC: 92,85 Lip: 21,73
					kcl: Prot: HC: Lip:

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES