

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **enero-23**

MENÚ: **28**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	VACACIONES	3	VACACIONES	4	VACACIONES	5	VACACIONES	6	VACACIONES	
9	Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Lomo adobado al horno	10	Acelgas con patata Pollo al chilindrón	11	Crema de zanahoria Ternera guisada	12	Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa	13	Puré de patata Pechuga al horno	kcl: 701,08 Prot: 25,62 HC: 91,03 Lip: 23,12
16	Guiso de patata Pollo al limón	17	Crema de puerro Lomo con pimentón	18	Sopa de verduras Tortilla de patata	19	Crema de zanahoria Pavo guisado con verduras	20	Pasta sin gluten ni huevo Ternera guisada	kcl: 707,02 Prot: 24,74 HC: 92,38 Lip: 24,07
23	Crema de zanahoria Tortilla francesa	24	Acelgas rehogadas Pollo en salsa	25	Arroz con tomate Lomo al horno	26	Sopa de verduras Pechuga al horno	27	Coliflor rehogada Lomo con pimientos	kcl: 692,55 Prot: 24,69 HC: 91,11 Lip: 22,88
30	Macarrones sin gluten ni huevo Pollo asado	31	Puré de patata Lomo encebollado							kcl: 706,90 Prot: 24,95 HC: 91,12 Lip: 24,51

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES