

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **enero-23**

MENÚ: **60**

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	Guiso de alubias Pollo al chilindrón	11	Crema de zanahoria Estofado de pavo	12	Arroz caldoso de verduras Lomo encebollado	13	Lentejas a la campesina Pechuga al horno	kcl: 711,83 Prot: 26,44 HC: 89,48 Lip: 23,19
16	Potaje de garbanzos con arroz Pollo al limón	17	Crema de verduras Pechuga al horno	18	Sopa de verduras Magro con champiñones	19	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras	20	Alubias estofadas Lomo en salsa casera	kcl: 716,71 Prot: 25,16 HC: 94,37 Lip: 24,12
23	Crema de zanahoria Lomo con pimientos	24	Lentejas a la castellana Pollo en salsa	25	Arroz con tomate Estofado de pavo	26	Sopa de verduras Pechuga al horno	27	Crema de patata y judía verde Lomo al horno	kcl: 717,40 Prot: 25,03 HC: 93,48 Lip: 24,61
30	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Pollo asado	31	Crema de calabacín Lomo encebollado							kcl: 719,96 Prot: 25,49 HC: 93,26 Lip: 24,77

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES