

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **noviembre-23**

MENÚ: **28**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
				1	FESTIVO	2	Sopa de verduras Pollo asado	3	Coliflor rehogada Tortilla de patata	kcl: 707,02 Prot: 24,74 HC: 92,38 Lip: 24,07
6	Crema de zanahoria Pechuga al horno	7	Acelgas con patata Tortilla francesa	8	Arroz con tomate Pollo al limón	9	Sopa de verduras Ternera guisada	10	Puré de patata Pollo en salsa	kcl: 692,55 Prot: 24,69 HC: 91,11 Lip: 22,88
13	Arroz caldoso de verduras Lomo asado	14	Crema de zanahoria Pollo al chilindrón	15	Guiso de patata Ternera guisada	16	Macarrones sin gluten ni huevo Tortilla francesa	17	Coliflor rehogada Lomo al horno	kcl: 706,90 Prot: 24,95 HC: 91,12 Lip: 24,51
20	Puré de patata Pollo al limón	21	Sopa de verduras Pollo en salsa de champiñones	22	Arroz con tomate Lomo asado	23	Coliflor rehogada Tortilla de patata	24	Crema de puerro Pavo guisado con verduras	kcl: 687,30 Prot: 23,89 HC: 88,04 Lip: 24,17
27	Puré de patata Lomo adobado	28	Arroz caldoso de verduras Ternera guisada	29	Guiso de patata Tortilla francesa	30	Crema de zanahoria Pollo asado			kcl: 701,80 Prot: 26,57 HC: 90,16 Lip: 23,31

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES