

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **noviembre-23**

MENÚ: **9**

| Lunes | | Martes | | Miércoles | | Jueves | | Viernes | | I. Nutricional |
|-------|--|--------|--|-----------|--------------------------------------|--------|---|---------|--|---|
| | | | | 1 | FESTIVO | 2 | Sopa casera Merluza encebollada | 3 | Coliflor rehogada Tortilla de patata | kcl: 704,91 Prot: 23,95 HC: 93,79 Lip: 23,56 |
| 6 | Crema de zanahoria Merluza al horno | 7 | Acelgas con patata Tortilla de calabacín | 8 | Arroz con tomate Abadejo al horno | 9 | Sopa casera Ternera guisada | 10 | Puré de patata Pollo en salsa | kcl: 684,00 Prot: 24,01 HC: 90,62 Lip: 22,45 |
| 13 | Arroz caldoso de verduras Merluza en salsa vizcaína | 14 | Crema de calabacín Pollo al chilindrón | 15 | Guiso de patata Abadejo al horno | 16 | Pasta a la napolitana Tortilla de atún | 17 | Coliflor rehogada Lomo al horno | kcl: 687,44 Prot: 24,61 HC: 92,85 Lip: 21,73 |
| 20 | Puré patata Abadejo en pepitoria | 21 | Sopa casera Pollo en salsa de champiñones | 22 | Arroz con tomate Merluza al horno | 23 | Coliflor rehogada Tortilla de patata | 24 | Crema de puerro Pavo guisado con verduras | kcl: 685,43 Prot: 23,72 HC: 88,26 Lip: 23,94 |
| 27 | Puré de patata Lomo adobado | 28 | Arroz caldoso de verduras Ternera guisada | 29 | Guiso de patata Abadejo al horno | 30 | Crema de calabacín Pollo asado | | | kcl: 694,11 Prot: 25,90 HC: 89,11 Lip: 23,22 |

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES