

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: mayo-23

MENÚ: 10.

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1		2	Crema de verduras Pollo con arroz	3	Sopa minestrone Albóndigas de merluza y pota en salsa	4	Alubias estofadas Tortilla de patata	5	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras	kcl: 712,94 Prot: 26,07 HC: 92,62 Lip: 24,03
8	Crema de zanahoria Tortilla de calabacín	9	Lentejas a la castellana Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno	10	Arroz con tomate Filete de merluza en salsa verde	11	Sopa de cocido Cocido completo	12	Menestra salteada Empanada de atún	kcl: 716,81 Prot: 24,69 HC: 92,00 Lip: 25,18
15	Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera	16	Crema de brócoli Pavo guisado con verduras	17	Lentejas a la jardinera Merluza ajoarriero	18	Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún	19	Guiso de alubias con verduras Albóndigas de cerdo en salsa española	kcl: 685,53 Prot: 24,78 HC: 90,47 Lip: 22,50
22	Lentejas a la campesina Pollo en salsa	23	Crema de calabacín Tortilla de patata	24	Arroz con tomate Merluza en salsa de zanahoria	25	Sopa de cocido Cocido completo	26	Judías verdes con refrito Medallón de salmón y calabaza con salsa de tomate	kcl: 693,63 Prot: 26,61 HC: 87,42 Lip: 23,94
29	Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa	30	Arroz caldoso de verduras Pollo asado	31	Lentejas guisadas con verduras Tortilla de queso					kcl: 712,55 Prot: 25,67 HC: 87,47 Lip: 26,10

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES