

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: mayo-23

MENÚ: 3.

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1		2	Crema de verduras Pollo con arroz	3	Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria	4	Alubias estofadas Magro con champiñones	5	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras	kcl: 710,33 Prot: 24,48 HC: 94,12 Lip: 23,78
8	Crema de zanahoria Ternera guisada	9	Lentejas a la castellana Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno	10	Arroz con tomate Merluza encebollada	11	Sopa de verduras Cocido completo	12	Menestra salteada Empanada de ternera	kcl: 684,04 Prot: 25,36 HC: 88,41 Lip: 23,01
15	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Merluza al horno	16	Crema de brócoli Pavo guisado con verduras	17	Lentejas a la jardinera Merluza ajoarriero	18	Arroz caldoso de verduras Pollo al limón	19	Guiso de alubias con verduras Albóndigas de cerdo en salsa española	kcl: 691,47 Prot: 25,48 HC: 92,47 Lip: 21,96
22	Lentejas a la campesina Pollo en salsa	23	Crema de calabacín Ternera guisada	24	Arroz con tomate Merluza en salsa de zanahoria	25	Sopa de verduras Cocido completo	26	Judías verdes con refrito Limanda en pepitoria	kcl: 688,39 Prot: 24,76 HC: 88,41 Lip: 23,74
29	Alubias estofadas Merluza al horno	30	Arroz caldoso de verduras Pollo asado	31	Lentejas guisadas con verduras Estofado de pavo					kcl: 703,89 Prot: 25,74 HC: 89,42 Lip: 24,24

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES