

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: mayo-23

MENÚ: 5.

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: 706,63 Prot: 25,06 HC: 92,48 Lip: 23,84
8	Crema de zanahoria Tortilla de calabacín	9	Lentejas a la castellana Hamburguesa de pollo en salsa	10	Arroz con tomate Filete de merluza en salsa verde	11	Sopa de verduras Huevos aurora	12	Menestra salteada Empanada de atún	kcl: 711,13 Prot: 24,16 HC: 91,56 Lip: 24,98
15	Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera	16	Crema de brócoli Pavo guisado con verduras	17	Lentejas a la jardinera Tiras de mar (pota) rebozadas	18	Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún	19	Guiso de alubias con verduras Albóndigas de merluza y pota a la griega	kcl: 697,94 Prot: 24,48 HC: 90,97 Lip: 23,79
22	Lentejas a la campesina Pollo en salsa	23	Crema de calabacín Tortilla de patata	24	Arroz con tomate Merluza a la andaluza	25	Sopa de verduras Huevos aurora	26	Judías verdes con refrito Medallón de salmón y calabaza con salsa de tomate	kcl: 705,20 Prot: 24,90 HC: 89,48 Lip: 25,07
29	Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa	30	Arroz caldoso de verduras Pechuga de pollo empanada	31	Lentejas guisadas con verduras Tortilla de queso					kcl: 706,29 Prot: 25,32 HC: 87,02 Lip: 25,76

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES