

MES: mayo-22

MENÚ: 21. NO LACTOSA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Sopa de pasta</p> <p>Cocido completo</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>4</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Abadejo en pepitoria</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>5</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Tortilla de atún</p> <p>Ensalada</p> <p>Yogur sin lactosa y pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>kcl: 690,01</p> <p>Prot: 24,48</p> <p>HC: 90,25</p> <p>Lip: 22,89</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>Pollo al chilindrón</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>10</p> <p>Crema de brócoli</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>11</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>12</p> <p>Sopa de puchero</p> <p>Merluza en salsa de zanahoria</p> <p>Ensalada</p> <p>Yogur sin lactosa y pan</p>	<p>13</p> <p>Judías verdes con refrito</p> <p>Magro estofado en salsa agridulce</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>kcl: 692,56</p> <p>Prot: 25,60</p> <p>HC: 88,41</p> <p>Lip: 23,83</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas</p> <p>Merluza al horno</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Lomo con pimientos</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Abadejo ajoarriero</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>19</p> <p>Borraja con patatas</p> <p>Pechuga al horno</p> <p>Ensalada</p> <p>Yogur sin lactosa y pan</p>	<p>20</p> <p>Espirales pomodoro</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>kcl: 697,14</p> <p>Prot: 26,36</p> <p>HC: 87,45</p> <p>Lip: 24,09</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Merluza encebollada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>24</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Pollo a la barbacoa</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Cocido completo</p> <p>Ensalada</p> <p>Yogur sin lactosa y pan</p>	<p>27</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>kcl: 700,33</p> <p>Prot: 24,72</p> <p>HC: 89,77</p> <p>Lip: 24,37</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias</p> <p>Empanada de atún</p> <p>Ensalada</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>31</p> <p>Macarrones pomodoro</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera</p> <p>Fruta y pan</p>				<p>kcl: 697,55</p> <p>Prot: 25,62</p> <p>HC: 90,78</p> <p>Lip: 21,35</p>

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES