

MES: mayo-26

MENÚ: 35. SIN AVE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1 FESTIVO	
4 Guiso de alubias con arroz integral Pastel de patata con verduras Ensalada de lechuga Fruta y pan	5 Sopa de verduras Lomo encebollado Fruta y pan	6 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan	7 Arroz caldoso de verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	8 Verdura tricolor Abadejo al horno Fruta y pan	kcl: 691,93 Prot: 23,64 HC: 89,91 Lip: 23,90
11 Arroz con tomate Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	12 Judías verdes con refrito Guiso de garbanzos con arroz integral Fruta y pan	13 Pasta a la napolitana Filete de abadejo al horno con salsa de verduritas Ensalada de lechuga Fruta y pan	14 Crema de zanahoria eco Magro guisado con verduras Fruta y pan	15 Lentejas a la campesina Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 704,04 Prot: 25,86 HC: 91,05 Lip: 21,84
18 Alubias estofadas Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan	19 Sopa de verduras Ternera guisada Fruta y pan	20 Potaje de garbanzos Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	21 Menestra salteada Lomo asado Fruta y pan	22 Arroz caldoso de verduras Palometa a la griega Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 710,14 Prot: 25,72 HC: 93,08 Lip: 23,67
25 Verdura tricolor Magro con champiñones Fruta y pan	26 Lentejas a la castellana con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	27 Crema de verduras Salmón al horno con salsa pomodoro Fruta y pan	28 Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Fruta y pan	29 Arroz con tomate Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 691,35 Prot: 25,28 HC: 90,13 Lip: 22,92

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES