

**MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE**



MES: **febrero-26**

MENÚ:

**35. SIN AVE**

<b>Lunes</b>		<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>	<b>I. Nutricional</b>
2	Pasta pomodoro	3 Alubias estofadas con arroz integral	4 Judías verdes con refrito	5 Sopa de verduras	6 Crema de calabacín eco	kcl: 708,14
	Tortilla de york	Filete de abadejo en salsa	Magro con champiñones	Cocido completo	Lomo con pimientos	Prot: 25,94
	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		HC: 89,45
	Fruta y pan	Fruta y pan integral	Fruta y pan	Yogur y pan integral	Fruta y pan	Lip: 24,61
9	Menestra salteada	10 Lentejas eco estofadas con arroz integral	11 Sopa de verduras	12 Potaje de garbanzos	13 Arroz eco con tomate	kcl: 691,93
	Lomo al horno	Tortilla de patata	Lomo encebollado	Revuelto de atún	Filete de merluza en salsa verde	Prot: 23,64
		Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga	HC: 89,91
	Fruta y pan	Fruta y pan integral	Fruta y pan	Yogur y pan integral	Fruta y pan	Lip: 23,90
16	Guiso de alubias	17 Verdura tricolor	18 Pasta a la napolitana	19 Crema de zanahoria eco	20 Lentejas a la castellana	kcl: 704,04
	Filete de abadejo al horno con verduritas	Magro con champiñones	Tortilla de queso	Lomo asado	Salmón al horno con salsa de tomate	Prot: 25,86
	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	HC: 91,05
	Fruta y pan	Fruta y pan integral	Fruta y pan	Yogur y pan integral	Fruta y pan	Lip: 21,84
23	Sopa de verduras	24 Arroz eco caldoso de verduras	25 Potaje de garbanzos	26 Judías verdes con refrito	27 Alubias estofadas	kcl: 710,14
	Ternera guisada	Palometa a la griega	Revuelto de york	Abadejo en pepitoria	Tortilla de calabacín	Prot: 25,72
		Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	HC: 93,08
	Fruta y pan	Fruta y pan integral	Fruta y pan	Yogur y pan integral	Fruta y pan	Lip: 23,67

**VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES**