

MES: marzo-24

MENÚ: 8. NO PESCADO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: 692,37 Prot: 25,42 HC: 89,66 Lip: 23,18
4 FESTIVO	5 Crema de calabacín Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	6 Lentejas a la jardinera Lomo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	7 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur y pan	8 Guiso de alubias con verduras Albóndigas de cerdo en salsa española Fruta y pan	kcl: 702,95 Prot: 25,12 HC: 90,30 Lip: 24,36
11 Menestra salteada Magro a la campesina Fruta y pan	12 Guiso de lentejas con frijoles Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	13 Crema de zanahoria Pollo al chilindrón Fruta y pan	14 Sopa casera Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan	15 Arroz con tomate Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 697,59 Prot: 25,84 HC: 88,10 Lip: 24,42
18 Alubias estofadas Revuelto de york Fruta y pan	19 Crema de verduras Pollo en salsa Fruta y pan	20 Arroz caldoso de verduras Tortilla americana Ensalada de lechuga Fruta y pan	21 Lentejas guisadas con verduras Lomo asado Ensalada de lechuga Yogur y pan	22 Pasta pomodoro Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 722,37 Prot: 26,17 HC: 88,12 Lip: 26,68
25 Crema de zanahoria Empanada de ternera Fruta y pan	26 Lentejas estofadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	27 Arroz con tomate Pollo al limón Ensalada de lechuga Fruta y pan	28 SEMANA SANTA	29 SEMANA SANTA	kcl: 702,33 Prot: 24,80 HC: 89,82 Lip: 24,58

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES