

MES: diciembre-24

MENÚ: 4. NO LACTOSA

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	Sopa minestrone Merluza al horno Fruta y pan	3	Lentejas guisadas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	4	Crema de calabacín Pollo con arroz Fruta y pan	5	Alubias estofadas Salmón con salsa de tomate Ensalada de lechuga Yogur de soja y pan	6	<b>FESTIVO</b>	kcl: 703,65 Prot: 26,67 HC: 88,52 Lip: 24,10
9	<b>FESTIVO</b>	10	Arroz caldoso de verduras Pollo en salsa Fruta y pan	11	Crema de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	12	Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Yogur de soja y pan	13	Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: 689,18 Prot: 23,64 HC: 89,91 Lip: 23,43
16	Guiso de alubias Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	17	Crema de zanahoria Lomo en salsa casera Ensalada de lechuga Fruta y pan	18	Macarrones a la napolitana Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	19	Lentejas a la campesina Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Yogur de soja y pan	20	Arroz con tomate Pechuga al horno Ensalada de lechuga Postre especial y pan	kcl: 688,12 Prot: 25,71 HC: 90,65 Lip: 20,32
23	<b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	24	<b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	25	<b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	26	<b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	27	<b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	
30	<b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>	31	<b>VACACIONES DE NAVIDAD</b>							

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