

MES: enero-25

MENÚ: 18. SIN JUDÍAS BLANCAS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1 VACACIONES DE NAVIDAD	2 VACACIONES DE NAVIDAD	3 VACACIONES DE NAVIDAD	
6 VACACIONES DE NAVIDAD	7 VACACIONES DE NAVIDAD	8 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	9 Crema de calabacín Pollo al chilindrón Yogur y pan integral	10 Potaje de garbanzos Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 701,79 Prot: 25,89 HC: 93,14 Lip: 22,64
13 Sopa minestrone Salmón con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	14 Lentejas a la castellana Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	15 Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan	16 Salteado de verduras Filete de abadejo en salsa Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	17 Menestra salteada Magro a la campesina Fruta y pan	kcl: 690,89 Prot: 25,07 HC: 89,73 Lip: 23,14
20 Lentejas a la jardinera Filete de merluza en salsa marinera Fruta y pan	21 Crema de brócoli Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	22 Macarrones a la napolitana Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	23 Sopa de cocido Ternera guisada Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	24 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: 685,54 Prot: 24,56 HC: 91,12 Lip: 22,31
27 Salteado de verduras Empanada de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	28 Sopa maravilla con verduras Albóndigas de cerdo en salsa española Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	29 FESTIVO	30 Potaje de garbanzos Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	31 Crema de zanahoria Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	kcl: 692,56 Prot: 25,60 HC: 88,41 Lip: 23,83

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES