

MES: abril-25

MENÚ: 5. NO CERDO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
	1 Macarrones integrales eco con salsa napolitana Filete de abadejo en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	2 Crema de verduras Pollo al chilindrón Fruta y pan	3 Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	4 Verdura tricolor Bacalao rebozado Fruta y pan	kcl: 693,53 Prot: 24,14 HC: 91,61 Lip: 23,10
7 Sopa minestrone Salmón al horno con salsa pomodoro Fruta y pan	8 Guiso de alubias Albóndigas de merluza a la griega Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	9 Menestra salteada Pavo guisado con verduras Fruta y pan	10 Lentejas eco a la campesina Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	11 Arroz con tomate Empanada de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 709,71 Prot: 25,68 HC: 91,05 Lip: 24,55
14 SEMANA SANTA	15 SEMANA SANTA	16 SEMANA SANTA	17 SEMANA SANTA	18 SEMANA SANTA	
21 SEMANA SANTA	22 Judías verdes con refrito Merluza en pepitoria Fruta y pan integral	23 FESTIVO	24 Sopa de verduras Tortilla francesa de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	25 Arroz eco caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	kcl: 711,13 Prot: 24,16 HC: 91,56 Lip: 24,98
28 Crema de zanahoria eco Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	29 Sopa maravilla con verduras Salmón al horno con salsa pomodoro Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	30 Lentejas a la jardinera Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan			kcl: 697,94 Prot: 24,48 HC: 90,97 Lip: 23,79

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES