

MES: abril-25

MENÚ: 18. SIN JUDÍAS BLANCAS

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 Magro a la campesina Fruta y pan	kcl: 696,56 Prot: 24,02 HC: 90,53 Lip: 23,97
7 Sopa minestrone Salmón al horno con salsa pomodoro Fruta y pan	8 Salteado de verduras Tortilla francesa 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: 694,78 Prot: 25,03 HC: 90,96 Lip: 21,22
14 SEMANA SANTA	15 SEMANA SANTA	16 SEMANA SANTA	17 SEMANA SANTA	18 SEMANA SANTA	
21 SEMANA SANTA	22 Judías verdes con refrito Magro a la campesina Fruta y pan integral	23 FESTIVO	24 Sopa de cocido Ternera guisada Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	25 Arroz eco caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	kcl: 690,89 Prot: 25,07 HC: 89,73 Lip: 23,14
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: 685,54 Prot: 24,56 HC: 91,12 Lip: 22,31

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES