

MES: febrero-26

MENÚ: 6. NO CARNE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<div>2</div> <div>Espirales pomodoro</div> <div>Tortilla francesa</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>3</div> <div>Alubias estofadas con arroz integral</div> <div>Filete de abadejo en salsa</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan integral</div>	<div>4</div> <div>Judías verdes con refrito</div> <div>Merluza en pepitoria</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>5</div> <div>Sopa de verduras</div> <div>Bacalao rebozado</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Yogur y pan integral</div>	<div>6</div> <div>Crema de calabacín eco</div> <div>Tortilla francesa de atún</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>kcl: 707,65</div> <div>Prot: 25,28</div> <div>HC: 87,22</div> <div>Lip: 25,84</div>
<div>9</div> <div>Menestra salteada</div> <div>Salmón al horno</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>10</div> <div>Lentejas eco estofadas con arroz integral</div> <div>Tortilla de patata</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan integral</div>	<div>11</div> <div>Sopa de verduras</div> <div>Albóndigas de merluza a la griega</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>12</div> <div>Potaje de garbanzos</div> <div>Revuelto de atún</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Yogur y pan integral</div>	<div>13</div> <div>Arroz eco con tomate</div> <div>Filete de merluza en salsa verde</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>kcl: 692,33</div> <div>Prot: 23,97</div> <div>HC: 91,48</div> <div>Lip: 23,10</div>
<div>16</div> <div>Guiso de alubias</div> <div>Filete de abadejo al horno con verduritas</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>17</div> <div>Verdura tricolor</div> <div>Rodaja de merluza empanada</div> <div>Fruta y pan integral</div>	<div>18</div> <div>Macarrones eco integrales con salsa napolitana</div> <div>Tortilla de queso</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>19</div> <div>Crema de zanahoria eco</div> <div>Merluza en pepitoria</div> <div>Yogur y pan integral</div>	<div>20</div> <div>Lentejas a la castellana</div> <div>Salmón al horno con salsa de tomate</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>kcl: 704,85</div> <div>Prot: 25,52</div> <div>HC: 91,21</div> <div>Lip: 24,01</div>
<div>23</div> <div>Sopa de verduras</div> <div>Merluza en salsa vizcaína</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>24</div> <div>Arroz eco caldoso con verduras</div> <div>Palometa a la griega</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan integral</div>	<div>25</div> <div>Potaje de garbanzos</div> <div>Huevos aurora</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>26</div> <div>Judías verdes con refrito</div> <div>Abadejo al horno</div> <div>Yogur y pan integral</div>	<div>27</div> <div>Alubias estofadas</div> <div>Tortilla de calabacín</div> <div>Ensalada de lechuga</div> <div>Fruta y pan</div>	<div>kcl: 704,25</div> <div>Prot: 25,06</div> <div>HC: 92,56</div> <div>Lip: 23,54</div>

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)