

MES: junio-26

MENÚ: 8. NO PESCADO NI MARISCO

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Guiso de alubias Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	2	Menestra salteada Pechuga al horno Fruta y pan	3	Arroz caldoso de verduras Lomo encebollado Ensalada de lechuga Fruta y pan	4	Crema de calabacín Pollo al chilindrón Yogur y pan	5	Lentejas a la campesina Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 702,33 Prot: 24,80 HC: 89,82 Lip: 24,58
8	Guiso de patata Potaje de garbanzos Ensalada de lechuga Fruta y pan	9	Arroz con tomate Lomo en salsa casera Ensalada de lechuga Fruta y pan	10	Sopa casera Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	11	Alubias estofadas con arroz integral Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur y pan	12	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: 711,42 Prot: 26,19 HC: 90,48 Lip: 24,26
15	Arroz caldoso de verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	16	Lentejas estofadas Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	17	Crema de zanahoria eco Magro guisado con verduras Fruta y pan	18	Verdura tricolor Guiso de garbanzos con arroz integral Yogur y pan	19	Pasta pomodoro Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 715,22 Prot: 26,74 HC: 90,90 Lip: 24,75
22		23		24		25		26		
29		30								

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