

MES: junio-26

MENÚ: 33. NO PESCADO, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS, ESPINACAS, PEREJIL

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Brócoli rehogado Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	2	Puré de patata Tortilla francesa Fruta y pan	3	Arroz con verduras Lomo encebollado Ensalada de lechuga Fruta y pan	4	Crema de calabacín Pollo al chilindrón Yogur y pan	5	Acelgas rehogadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 688,22 Prot: 24,20 HC: 88,31 Lip: 23,95
8	Guiso de patata Pechuga al horno 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	Brócoli rehogado Tortilla de queso Ensalada de lechuga Yogur y pan	12	Crema de puerro Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: 700,82 Prot: 25,94 HC: 90,77 Lip: 23,06
15	Arroz con verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	16	Coliflor rehogada Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	17	Crema de zanahoria eco Magro guisado con verduras Fruta y pan	18	Acelgas rehogadas Tortilla francesa Yogur y pan	19	Pasta pomodoro Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 705,53 Prot: 24,71 HC: 92,15 Lip: 24,02
22		23		24		25		26		
29		30								

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