

MES: mayo-26

MENÚ: 8. NO PESCADO NI MARISCO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1 FESTIVO	
4 Guiso de alubias con arroz integral Lomo encebollado Ensalada de lechuga Fruta y pan	5 Sopa casera Pollo en salsa Fruta y pan	6 Lentejas estofadas Ternera guisada Ensalada de lechuga Fruta y pan	7 Arroz caldoso de verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga Yogur y pan	8 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: 702,33 Prot: 24,80 HC: 89,82 Lip: 24,58
11 Arroz con tomate Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	12 Judías verdes con refrito Guiso de garbanzos con arroz integral Fruta y pan	13 Pasta a la napolitana Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	14 Crema de zanahoria eco Magro guisado con verduras Yogur y pan	15 Lentejas a la campesina Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 711,42 Prot: 26,19 HC: 90,48 Lip: 24,26
18 Alubias estofadas Ternera guisada Ensalada de lechuga Fruta y pan	19 Sopa casera Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	20 Potaje de garbanzos Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	21 Menestra salteada Lomo asado Yogur y pan	22 Arroz caldoso de verduras Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 715,22 Prot: 26,74 HC: 90,90 Lip: 24,75
25 Verdura tricolor Magro a la campesina Fruta y pan	26 Lentejas a la castellana con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	27 Crema de verduras Pollo asado Fruta y pan	28 Sopa casera Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan	29 Arroz con tomate Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 692,37 Prot: 25,42 HC: 89,66 Lip: 23,18

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES