

MES: mayo-26

MENÚ: 17. SIN CERDO NI MARISCO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1 FESTIVO	
4 Guiso de alubias con arroz integral Pastel de patata con verduras Ensalada de lechuga Fruta y pan	5 Sopa maravilla con verduras Pollo en salsa Fruta y pan integral	6 Lentejas estofadas Ternera guisada Ensalada de lechuga Fruta y pan	7 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	8 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: 697,93 Prot: 25,20 HC: 89,31 Lip: 24,14
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 integral	13 Espirales con salsa napolitana Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan	14 Crema de zanahoria eco Pollo al limón Yogur y pan integral	15 Lentejas a la campesina Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 708,59 Prot: 26,54 HC: 90,12 Lip: 23,95
18 Alubias estofadas Ternera guisada Ensalada de lechuga Fruta y pan	19 Sopa minestrone Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan integral	20 Potaje de garbanzos Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	21 Menestra salteada Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana Yogur y pan integral	22 Arroz caldoso de verduras Pollo asado Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 709,35 Prot: 25,96 HC: 90,37 Lip: 24,68
25 Verdura tricolor Estofado de pavo Fruta y pan	26 Lentejas a la castellana con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	27 Crema de verduras Pechuga al horno Fruta y pan	28 Sopa de verduras Ternera guisada Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	29 Arroz con tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 715,07 Prot: 24,71 HC: 91,32 Lip: 25,28

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES