

MES: mayo-26

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1 FESTIVO	
4 Coliflor rehogada Lomo encebollado Ensalada de lechuga Fruta y pan	5 Sopa casera Pollo en salsa Fruta y pan	6 Guiso de patata Ternera guisada Ensalada de lechuga Fruta y pan	7 Arroz con verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga Yogur y pan	8 Crema de puerro Pavo guisado con verduras Fruta y pan	kcl: 688,22 Prot: 24,20 HC: 88,31 Lip: 23,95
11 Arroz con tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	12 Acelgas con patata Pechuga al horno 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 Brócoli rehogado Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 700,82 Prot: 25,94 HC: 90,77 Lip: 23,06
18 Guiso de patata Lomo encebollado Ensalada de lechuga Fruta y pan	19 Sopa casera Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	20 Coliflor rehogada Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	21 Crema de calabaza Lomo asado Yogur y pan	22 Arroz con verduras Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 705,53 Prot: 24,71 HC: 92,15 Lip: 24,02
25 Brócoli rehogado Magro con champiñones Fruta y pan	26 Acelgas rehogadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	27 Crema de calabacín Pollo asado Fruta y pan	28 Sopa casera Ternera guisada Ensalada de lechuga Yogur y pan	29 Arroz con tomate Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 697,92 Prot: 25,43 HC: 91,06 Lip: 23,17

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES