

MES: octubre-26

MENÚ: 44. SIN CITRICOS NI TOMATE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 Macarrones salteados con verduras y soja Abadejo al horno Yogur y pan integral	2 Repollo Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan
5 Espinacas con pasas Lomo asado Fruta y pan	6 Alubias estofadas sin patata Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	7 Arroz salteado de verduras Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	8 Acelgas rehogadas Merluza encebollada Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	9 Espinacas salteadas Pollo asado Fruta y pan
12 FESTIVO	13 FESTIVO	14 FESTIVO	15 Arroz salteado de verduras Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	16 Acelgas rehogadas Lomo encebollado Fruta y pan
19 Guiso de alubias sin patata Lomo con pimientos Ensalada de lechuga Fruta y pan	20 Acelgas rehogadas Estofado de pavo Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	21 Espinacas salteadas Pechuga al horno Fruta y pan	22 Repollo Limanda al horno Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	23 Salteado de verduras Pollo asado Fruta y pan
26 Espinacas con pasas Lomo encebollado Fruta y pan	27 Macarrones salteados con verduras y soja Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	28 Alubias estofadas sin patata Limanda al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	29 Espinacas salteadas Lomo asado Yogur y pan integral	30 Arroz salteado de verduras Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES