

MES: marzo-25

MENÚ: (18) - SIN ALUBIAS

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
3	<p>Crema de brócoli</p> <p>Pollo en salsa de champiñones</p> <p>Fruta y pan</p>	4	<p>Lentejas a la castellana</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan integral</p>	5	<p>FESTIVO</p>	6	<p>Sopa de cocido</p> <p>Ternera guisada</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Yogur y pan integral</p>	7	<p>Macarrones con salsa napolitana</p> <p>Filete de abadejo en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>kcl: 690,9</p> <p>Prol: 25,1</p> <p>HC: 89,7</p> <p>Lip: 23,1</p>
10	<p>Verdura tricolor</p> <p>Pechuga al horno</p> <p>Fruta y pan</p>	11	<p>Sopa maravilla con verduras</p> <p>Salmón con salsa pomodoro</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan integral</p>	12	<p>Lentejas a la jardinera</p> <p>Tortilla de queso</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan</p>	13	<p>Arroz con tomate</p> <p>Filete de abadejo en salsa</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Yogur y pan integral</p>	14	<p>Brócoli rehogado</p> <p>Lomo con pimientos</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>kcl: 685,5</p> <p>Prol: 24,6</p> <p>HC: 91,1</p> <p>Lip: 22,3</p>
17	<p>Espirales con salsa pomodoro</p> <p>Filete de merluza en salsa marinera</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan</p>	18	<p>Potaje de garbanzos</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan integral</p>	19	<p>Borraja con ptata</p> <p>Magro a la campesina</p> <p>Fruta y pan</p>	20	<p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Albóndigas de merluza en salsa</p> <p>Yogur y pan integral</p>	21	<p>Crema de calabacín</p> <p>Pollo con arroz</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>kcl: 692,6</p> <p>Prol: 25,6</p> <p>HC: 88,4</p> <p>Lip: 23,8</p>
24	<p>Crema de puerro</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan</p>	25	<p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Salmón con salsa pomodoro</p> <p>Fruta y pan integral</p>	26	<p>Crema de verduras</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan</p>	27	<p>Sopa de cocido</p> <p>Lomo asado</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Yogur y pan integral</p>	28	<p>Judías verdes con refrito</p> <p>Pavo guisado con verduras</p> <p>Fruta y pan</p>	<p>kcl: 702,5</p> <p>Prol: 24,5</p> <p>HC: 91,6</p> <p>Lip: 23,7</p>
31	<p>Lentejas estofadas</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan</p>							<p>kcl: 696,6</p> <p>Prol: 24,0</p> <p>HC: 90,5</p> <p>Lip: 24,0</p>		