

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE  **Comertel**

MES: mayo-25

MENÚ: SIN AZÚCAR REFINADO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

			1 FESTIVO	2 FESTIVO
5 Espirales con salsa pomodoro (SIN SALSA) Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria y pimiento) Fruta y pan	6 Potaje de garbanzos Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	7 Menestra salteada Magro a la campesina (SIN SALSA) Fruta y pan	8 Lentejas guisadas con verduras Caballa (SIN PISTO) Yogur natural sin azúcar y pan integral	9 Crema de calabacín eco Pollo (SIN SALSA) Ensalada de lechuga Fruta y pan
12 Guiso de alubias Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	13 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras(SIN SALSA) Fruta y pan integral	14 Patatas guisadas Filete de merluza a la griega (SIN SALSA) Fruta y pan	15 Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur natural sin azúcar y pan integral	16 Arroz eco caldoso de verduras (SIN CALDO) Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan
19 Verdura tricolor Magro a la campesina (SIN SALSA) Fruta y pan	20 Lentejas eco estofadas Salmón al horno (SIN SALSA) Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	21 Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan	22 Potaje de garbanzos Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Yogur natural sin azúcar y pan integral	23 Macarrones integrales eco (SIN TOMATE) Filete de abadejo en salsa verde (guisante, cebolla, ajo y perejil) Ensalada de lechuga Fruta y pan
26 Sopa minestrone Pollo al chilindrón (SIN SALSA) Fruta y pan	27 Arroz (SIN TOMATE) Filete de merluza (SIN SALSA) Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	28 Guiso de alubias Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	29 Borraja con patata Pavo guisado con verduras (SIN SALSA) Yogur natural sin azúcar y pan integral	30 Lentejas eco a la campesina Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES