

MES: diciembre-25

MENÚ: 9. SIN LEGUMBRES

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Salteado de verduras Limanda al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	2	Sopa de sémola de arroz Pollo en salsa Fruta y pan	3	Crema de calabaza Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	4	Acelgas con patata Magro a la campesina Yogur y pan	5	Brócoli rehogado Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 694,11 Prot: 25,90 HC: 89,11 Lip: 23,22
8	FESTIVO	9	Crema de puerro Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	10	Coliflor rehogada Estofado de pavo con verduras Fruta y pan	11	Sopa casera Pollo al limón Ensalada de lechuga Yogur y pan	12	Arroz Eco caldoso de verduras Abadejo ajoarriero Fruta y pan	kcl: 681,01 Prot: 22,74 HC: 88,53 Lip: 23,70
15	Guiso de patata Abadejo al horno Fruta y pan	16	Acelgas rehogadas Magro de cerdo con arroz Fruta y pan	17	Crema de brócoli Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan	18	Salteado de verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga Yogur y pan	19	Pasta pomodoro Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 682,67 Prot: 25,21 HC: 90,16 Lip: 20,15
22	VACACIONES DE NAVIDAD	23	VACACIONES DE NAVIDAD	24	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	
29	VACACIONES DE NAVIDAD	30	VACACIONES DE NAVIDAD	31	VACACIONES DE NAVIDAD					

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES