

MES: marzo-26		MENÚ: 9. SIN LEGUMBRES				I. Nutricional
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes		
2 Puré de patata Abadejo ajoarriero Ensalada de lechuga Fruta y pan	3 Pasta a la napolitana Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	4 Salteado de verduras Magro a la campesina Fruta y pan	5 FESTIVO	6 FESTIVO	kcl: 684,00 Prot: 24,01 HC: 90,62 Lip: 22,45	
9 Arroz con tomate Tortilla de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	10 Sopa casera Pollo al chilindrón Fruta y pan	11 Coliflor rehogada Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	12 Acelgas con patata Pavo guisado con verduras Yogur y pan	13 Crema de puerro Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 687,44 Prot: 24,61 HC: 92,85 Lip: 21,73	
16 Salteado de verduras Magro a la campesina Fruta y pan	17 Brócoli rehogado Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	18 Crema de zanahoria eco Limanda al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	19 Sopa casera Ternera guisada Ensalada de lechuga Yogur y pan	20 Arroz eco caldoso de verduras Abadejo ajoarriero Fruta y pan	kcl: 685,43 Prot: 23,72 HC: 88,26 Lip: 23,94	
23 Acelgas rehogadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	24 Guiso de patata Pavo guisado con verduras Fruta y pan	25 Coliflor rehogada Abadejo en pepitoria Fruta y pan	26 Pasta pomodoro Revuelto de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan	27 Crema de calabacín eco Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 694,11 Prot: 25,90 HC: 89,11 Lip: 23,22	
30 SEMANA SANTA	31 SEMANA SANTA					

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES