

MES: septiembre-23

MENÚ: (09) - SIN LEGUMINOSAS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1	kcl: Prot HC: Lip:
4	5	6	7	8	kcl: 682,7 Prot 25,2 HC: 90,2 Lip: 20,2
			Crema de calabaza Tortilla francesa Ensalada de lechuga fruta y pan	Arroz caldoso de verduras Pollo al chilindrón fruta y pan	
11	12	13	14	15	kcl: 704,9 Prot 24,0 HC: 93,8 Lip: 23,6
Crema de puerro Ternera guisada Ensalada de lechuga fruta y pan	Guiso de patata Merluza al horno fruta y pan	Coliflor rehogada Pavo guisado con verduras fruta y pan	Sopa de verduras Magro con champiñones Ensalada de lechuga yogur y pan	Salteado de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga fruta y pan	
18	19	20	21	22	kcl: 684,0 Prot 24,0 HC: 90,6 Lip: 22,5
Crema de zanahoria Pollo en salsa fruta y pan	Acelgas con patata Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga fruta y pan	Arroz con tomate Abadejo ajoarriero fruta y pan	Sopa de verduras Pechuga al horno Ensalada de lechuga yogur y pan	Crema de patata, calabacín y calabaza merluza encebollada Ensalada de lechuga fruta y pan	
25	26	27	28	29	kcl: 687,4 Prot 24,6 HC: 92,9 Lip: 21,7
Acelgas rehogadas Estofado de pavo Ensalada de lechuga fruta y pan	Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Ensalada de lechuga fruta y pan	Crema de calabacín Magro con champiñones fruta y pan	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Merluza en salsa vizcaína yogur y pan	Crema de puerro Revuelto de york Ensalada de lechuga fruta y pan	