

MES: abril-26

MENÚ: 35. SIN POLLO, PAVO NI AVE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1 SEMANA SANTA	2 SEMANA SANTA	3 SEMANA SANTA	
6 SEMANA SANTA	7 Arroz caldoso de verduras Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan integral	8 Lentejas a la campesina Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	9 Verdura tricolor Magro con champiñones Yogur y pan integral	10 Potaje de garbanzos Merluza en salsa vizcaína Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 691,93 Prot: 23,64 HC: 89,91 Lip: 23,90
13 Guiso de alubias Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	14 Crema de verduras Magro guisado con verduras Fruta y pan integral	15 Sopa de verduras Salmón al horno con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	16 Menestra salteada Lomo asado Yogur y pan integral	17 Lentejas estofadas con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 704,04 Prot: 25,86 HC: 91,05 Lip: 21,84
20 Potaje de garbanzos Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	21 Arroz con tomate Tortilla de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	22 Crema de zanahoria eco Lomo con pimientos Ensalada de lechuga Fruta y pan	23 FESTIVO	24 FESTIVO	kcl: 710,14 Prot: 25,72 HC: 93,08 Lip: 23,67
27 Judías verdes con refrito Ternera guisada Fruta y pan	28 Lentejas a la castellana con arroz integral Palometa a la griega Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	29 Pasta pomodoro Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	30 Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan integral		kcl: 691,35 Prot: 25,28 HC: 90,13 Lip: 22,92

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES