MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 🔘 Comertel

MES: noviembre-25 MENÚ:

9. SIN LEGUMBRES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
3	4	5	6	7	
FESTIVO	Crema de puerro	Pasta a la napolitana	Acelgas rehogadas	Salteado de verduras	kcl: 704,91
	Pollo al chilindrón	Abadejo ajoarriero	Tortilla francesa	Magro a la campesina	Prot: 23,95
		Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		HC: 93,79
	Fruta y pan	Fruta y pan	Yogur y pan	Fruta y pan	Lip: 23,56
10	11	12	13	14	kcl: 684,00
Patatas guisadas	Acelgas rehogadas	Borraja con patata	Sopa casera	Arroz eco caldoso de verduras	
Abadejo al horno	Tortilla de patata	Pavo guisado con verduras	Lomo encebollado	Revuelto de atún	Prot: 24,01
	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga	HC: 90,62
Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Yogur y pan	Fruta y pan	Lip: 22,45
17	18	19	20	21	Italy 607 44
Crema de calabaza	Coliflor rehogada	Sopa de sémola de arroz	Pasta pomodoro	Brócoli rehogado	kcl: 687,44
Magro a la campesina	Limanda al horno	Pollo en salsa de champiñones	Abadejo en pepitoria	Tortilla de calabacín	Prot: 24,61
	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga	HC: 92,85
Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Yogur y pan	Fruta y pan	Lip: 21,73
24	25	26	27	28	Ludy COE 42
Sopa casera	Acelgas con patata	Arroz con tomate	Salteado de verduras	Crema de zanahoria	kcl: 685,43
Abadejo ajoarriero	Revuelto de york	Limanda en pepitoria	Tortilla de atún	Pavo guisado con verduras	Prot: 23,72
	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		HC: 88,26
Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Yogur y pan	Fruta y pan	Lip: 23,94

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES