

MES: septiembre-25

MENÚ: 10. SIN FRUTOS SECOS

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
Crema de zanahoria eco Pollo al chilindrón Fruta y pan	Potaje de garbanzos con arroz Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan	Menestra salteada Magro a la campesina Ensalada de lechuga Fruta y pan	Macarrones eco integrales con salsa napolitana Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Yogur y pan	Lentejas a la jardinera Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan
15	16	17	18	19
Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan	Guiso de alubias Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	Arroz eco caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan	Patatas guisadas Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan
22	23	24	25	26
Lentejas eco a la castellana Caballa con pisto Fruta y pan	Verdura tricolor Magro a la campesina Ensalada de lechuga Fruta y pan	Alubias estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	Crema de calabacín eco Pollo con arroz Yogur y pan	Espirales con salsa pomodoro Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan
29	30			
Potaje de garbanzos Salmón al horno con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	Sopa minestrone Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan			

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES