

MES: **septiembre-25**

MENÚ: **10. SIN PIEL DE FRUTA, MELOCOTÓN Y NUECES**

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES