

MES: **septiembre-25**

MENÚ: **21. SIN MARISCO NI PIÑA**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1		2		3		4		5		
8	Crema de zanahoria eco Pollo al chilindrón Fruta y pan	9	Potaje de garbanzos con arroz Abadejo al horno Fruta y pan	10	Menestra salteada Magro a la campesina Ensalada de lechuga Fruta y pan	11	Pasta a la napolitana Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Yogur sin lactosa y pan	12	Lentejas a la jardinera Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 697,55 Prot: 25,62 HC: 90,78 Lip: 21,35
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 Abadejo ajoarriero Fruta y pan	18	Sopa casera Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur sin lactosa y pan	19	Patatas guisadas Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 709,29 Prot: 26,63 HC: 91,98 Lip: 24,51
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 sin lactosa y pan	26	Pasta pomodoro Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 692,81 Prot: 24,69 HC: 90,50 Lip: 23,18
29	Potaje de garbanzos Limanda al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	30	Sopa casera Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan							kcl: 690,01 Prot: 24,48 HC: 90,25 Lip: 22,89

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES