

MES: febrero-26

MENÚ: 37. SIN LACTOSA NI FRUCTOSA

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	Espirales cocidos Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	3	Puré de patata Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	4	Arroz cocido Magro con champiñones Fruta y pan	5	Espinacas salteadas Estofado de pavo Ensalada de lechuga Yogur sin lactosa y pan	6	Crema de calabacín eco Pechuga al horno Fruta y pan	kcl: 698,58 Prot: 25,74 HC: 91,40 Lip: 22,77
9	Espinacas salteadas Estofado de pavo Fruta y pan	10	Acelgas rehogadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	11	Sopa minestrone Pechuga al horno Fruta y pan	12	Puré de patata Revuelto de atún Ensalada de lechuga Yogur sin lactosa y pan	13	Arroz blanco Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 695,26 Prot: 23,47 HC: 92,51 Lip: 23,19
16	Acelgas con patata Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	17	Puré de patata Magro con champiñones Fruta y pan	18	Macarrones cocidos Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	19	Espinacas salteadas Pollo asado Yogur sin lactosa y pan	20	Lentejas a la castellana Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 703,83 Prot: 26,13 HC: 91,84 Lip: 21,03
23	Sopa maravilla con verduras Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	24	Arroz cocido Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan	25	Crema de puerro Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	26	Puré de patata Estofado de pavo Yogur sin lactosa y pan	27	Espinacas salteadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 696,26 Prot: 24,36 HC: 93,13 Lip: 22,71

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES