

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: diciembre-18

MENÚ: NO CERDO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
					kcl: Prot: HC: Lip:
3 Sopa de pollo casera con arroz y verduras Pollo asado con patatas a lo pobre Pan / Fruta	4 Lentejas a la jardinera Huevos aurora con ensalada Pan / Fruta	5 Pasta en salsa boloñesa de ternera Merluza andaluza con ensalada Pan / Lácteo	6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	kcl: 746,8 Prot: 28,6 HC: 102,4 Lip: 24,8
10 Garbanzos con verduras Calamares a la madrileña Pan / Fruta	11 Arroz a la cubana Bacalao en pepitoria con ensalada Pan / Fruta	12 Lentejas estofadas con verduras Merluza en salsa verde Pan / Fruta	13 Crema de verduras Pechuga al limón con ensalada Pan / Lácteo	14 Espirales pomodoro Merluza al horno con ensalada Pan / Fruta	kcl: 744,2 Prot: 25,5 HC: 105,2 Lip: 24,6
17 Crema de calabacín Merluza encebollada Pan / Fruta	18 Lentejas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada Pan / Fruta	19 Judías verdes con refrito Merluza a la andaluza Pan / Fruta	20 Sopa de verduras Pollo asado con ensalada Pan / Lácteo	21 Arroz con salsa de tomate Pechuga de pollo a la milanesa con ensalada Pan / Fruta	kcl: 751,2 Prot: 26,7 HC: 106,2 Lip: 24,4
24 VACACIONES	25	26 DE	27	28 NAVIDAD	kcl: Prot: HC: Lip:

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES