

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **enero-19**

MENÚ: **NO PESCADO**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
	1	2	3	4	
7 <b>FESTIVO</b>	8 Crema de zanahoria Lomo adobado con ensalada Pan / Fruta	9 Arroz con verduras Tortilla francesa con ensalada Pan / Fruta	10 Guiso de alubias con verduras Albóndigas en salsa española Pan / Fruta	11 Macarrones a la napolitana Lomo en salsa casera Pan / Fruta	kcl: Prot: HC: Lip:
14 Sopa maravilla con verduras Hamburguesa con ensalada Pan / Fruta	15 Alubias estofadas Tortilla de patata con ensalada Pan / Fruta	16 Arroz con tomate Lomo al horno con ensalada Pan / Fruta	17 Lentejas a la campesina Pollo asado con tomillo Pan / Lácteo	18 Judía verde con refrito Magro estofado en salsa agridulce Pan / Fruta	kcl: Prot: HC: Lip:
21 Potaje de garbanzos Ternera guisada Pan / Fruta	22 Arroz a la cubana Salchichas al horno con ensalada Pan / Fruta	23 Lentejas guisadas con verduras Estofado de pavo con ensalada Pan / Fruta	24 Crema de verduras Albóndigas a la jardinera Pan / Lácteo	25 Espirales pomodoro Tortilla americana con ensalada Pan / Fruta	kcl: Prot: HC: Lip:
28 Crema de calabacín Hamburguesa con ensalada Pan / Fruta	29 Lentejas estofadas Pechuga al horno con ensalada Pan / Fruta	30 Arroz con tomate Tortilla de calabacín con ensalada Pan / Fruta	31 Pad thai con verduras Salteado de pollo con soja Pan / Lácteo		kcl: Prot: HC: Lip:

**VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)**