

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: septiembre-19

MENÚ: 6. NO CARNE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				6	
9 Guiso de alubias Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	10 Crema de zanahoria Palometa con tomate con ensalada Fruta y pan	11 Macarrones con boloñesa de atún Tortilla de patata con ensalada Lácteo y pan	12 Arroz caldoso de verduras Abadejo al horno Fruta y pan	13 Lentejas a la campesina Merluza a la andaluza con ensalada Fruta y pan	kcl: 704,85 Prot: 25,52 HC: 91,21 Lip: 24,01
16 Crema de verduras Merluza al horno Fruta y pan	17 Potaje de garbanzos Albóndigas de merluza y pota en salsa con ensalada Fruta y pan	18 Espirales pomodoro Tortilla francesa con ensalada Lácteo y pan	19 Sopa de verduras Abadejo en pepitoria con ensalada Fruta y pan	20 Alubias estofadas con arroz Filete de merluza en salsa marinera Fruta y pan	kcl: 704,25 Prot: 25,06 HC: 92,56 Lip: 23,54
23 Crema de zanahoria Merluza en salsa vizcaína con ensalada Fruta y pan	24 Lentejas a la castellana Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan	25 Menestra salteada Huevos aurora Lácteo y pan	26 Sopa de verduras Merluza encebollada con ensalada Fruta y pan	27 Arroz a la cubana Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	kcl: 706,20 Prot: 23,88 HC: 91,62 Lip: 24,53
30 Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa verde con ensalada Fruta y pan					kcl: 698,57 Prot: 24,28 HC: 91,17 Lip: 23,86

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES