

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: septiembre-19

MENÚ: 5. NO CERDO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				6	
9 Guiso de alubias Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	10 Crema de zanahoria Pollo asado al tomillo con ensalada Fruta y pan	11 Macarrones con boloñesa de atún Tortilla de patata con ensalada Lácteo y pan	12 Arroz caldoso de verduras Pechuga al horno Fruta y pan	13 Lentejas a la campesina Merluza a la andaluza con ensalada Fruta y pan	kcl: 709,71 Prot: 25,68 HC: 91,05 Lip: 24,55
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 minestrone Pollo al limón con ensalada Fruta y pan	20 Alubias estofadas con arroz Filete de merluza en salsa marinera Fruta y pan	kcl: 706,63 Prot: 25,06 HC: 92,48 Lip: 23,84
23 Crema de zanahoria Pollo asado en su jugo 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: 711,13 Prot: 24,16 HC: 91,56 Lip: 24,98
30 Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa verde con ensalada Fruta y pan					kcl: 697,94 Prot: 24,48 HC: 90,97 Lip: 23,79

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES