

MES: septiembre-21

MENÚ: (05) - NO CERDO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		8 Sopa minestrone Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	9 Judías verdes con refrito Estofado de pavo Yogur y pan integral	10 Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 706,6 Prot: 25,1 HC: 92,5 Lip: 23,8
13 Crema de zanahoria Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	14 Lentejas a la castellana Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	15 Arroz a la cubana Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan	16 Sopa de verduras Pechuga al horno Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	17 Menestra salteada Huevos aurora Fruta y pan	kcl: 711,1 Prot: 24,2 HC: 91,6 Lip: 25,0
20 Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan	21 Crema de calabacín Estofado de pavo Fruta y pan integral	22 Lentejas a la jardinera Tiras de mar (pota) rebozadas Ensalada de lechuga Fruta y pan	23 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	24 Guiso de alubias con verduras Pollo asado Fruta y pan	kcl: 697,9 Prot: 24,5 HC: 91,0 Lip: 23,8
27 Lentejas a la campesina Pollo en salsa Fruta y pan	28 Sopa maravilla con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	29 Arroz con tomate Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta y pan	30 Potaje de garbanzos Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan integral		kcl: 705,2 Prot: 24,9 HC: 89,5 Lip: 25,1