

MES: mayo-23

MENÚ: (06) - NO CARNE

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional	
1	FESTIVO	2	Crema de verduras Tortilla francesa de atún Fruta y pan integral	3	Sopa de verduras Albóndigas de merluza y pota en salsa Ensalada de lechuga Fruta y pan	4	Alubias estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	5	Judías verdes con refrito Tiras de mar en salsa americana Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl:	704,3
8	Crema de zanahoria Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	9	Lentejas a la castellana Salmón al horno Fruta y pan integral	10	Arroz con tomate Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan	11	Sopa de verduras Huevos aurora Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	12	Menestra salteada Empanada de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl:	706,2
15	Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera Fruta y pan	16	Crema de brócoli Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	17	Lentejas a la jardinera Tiras de mar (pota) rebozadas Ensalada de lechuga Fruta y pan	18	Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	19	Guiso de alubias con verduras Albóndigas de merluza y pota a la griega Fruta y pan	Prot:	25,1
22	Lentejas a la campesina Merluza en salsa de zanahoria Fruta y pan	23	Crema de calabacín Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	24	Arroz con tomate Merluza a la andaluza Ensalada de lechuga Fruta y pan	25	Sopa de verduras Huevos aurora Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	26	Judías verdes con refrito Medallón de salmón y calabaza con salsa de tomate Fruta y pan	HC:	92,6
29	Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa Fruta y pan	30	Arroz caldoso de verduras Tiras de mar (pota) en salsa americana Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	31	Lentejas guisadas con verduras Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan				Lip:	23,5	
									Prot:	23,9	
									HC:	91,6	
									Lip:	24,5	
									kcl:	698,6	
									Prot:	24,3	
									HC:	91,2	
									Lip:	23,9	
									kcl:	702,2	
									Prot:	24,7	
									HC:	89,5	
									Lip:	24,8	
									kcl:	707,7	
									Prot:	25,3	
									HC:	87,2	
									Lip:	25,8	