

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **abril-24**

MENÚ: **1. CELÍACO NO FRUTOS SECOS, MOSTAZA, SÉSAMO**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional	
1		2		3	Garbanzos con verduras Tortilla de calabacín	4	Crema de zanahoria Pollo asado	5	Arroz caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa verde	kcl: 687,19	
8	Potaje de garbanzos con arroz Salmón con salsa de tomate	9	Crema de verduras Pollo en salsa de champiñones	10	Sopa de verduras Merluza en salsa vizcaína	11	Judías verdes con refrito de bacon Magro a la campesina	12	Alubias estofadas Tortilla de patata	kcl: 709,97	
15	Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno	16	Guisantes rehogados Tortilla de calabacín	17	Arroz con tomate Filete de abadejo al horno con verduritas	18	Sopa de verduras Cocido completo	19	Menestra con refrito Pavo guisado con verduras	kcl: 686,24	
22		23		24	Garbanzos con verduras Tortilla de chorizo	25	Crema de calabacín Pollo con arroz	26	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera	kcl: 690,67	
29	Guiso de alubias con verduras Abadejo en pepitoria	30	Sopa de verduras Pollo en salsa							kcl: 683,86	
										Prot: 25,67	
										HC: 90,65	
										Lip: 20,23	
										Prot: 24,57	
										HC: 94,12	
										Lip: 23,70	
										Prot: 24,30	
										HC: 90,89	
										Lip: 22,45	
										Prot: 25,28	
										HC: 92,47	
										Lip: 21,96	
										Prot: 24,10	
										HC: 88,41	
										Lip: 23,53	

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES