

MES: marzo-25

MENÚ: 21. NO LACTOSA, MARISCO, FRUTOS SECOS, SOJA

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
3		4		5	Menestra salteada Magro a la campesina	6	Sopa casera Cocido completo	7	Pasta a la napolitana Abadejo al horno	kcl: 692,81 Prot: 24,69 HC: 90,50 Lip: 23,18
10	Verdura tricolor Pavo guisado con verduras	11	Sopa casera Limanda en pepitoria	12	Lentejas a la jardinera Tortilla de chorizo	13	Arroz con tomate Abadejo ajoarriero	14	Guiso de alubias con verduras Pechuga al horno	kcl: 690,01 Prot: 24,48 HC: 90,25 Lip: 22,89
17	Pasta pomodoro Abadejo al horno	18	Potaje de garbanzos Tortilla de patata	19	Acelgas con patata Magro a la campesina	20	Lentejas guisadas con verduras Caballa con pisto	21	Crema de calabacín Pollo con arroz	kcl: 692,56 Prot: 25,60 HC: 88,41 Lip: 23,83
24	Guiso de alubias Tortilla de chorizo	25	Arroz caldoso de verduras Abadejo ajoarriero	26	Patatas guisadas Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno	27	Sopa casera Cocido completo	28	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras	kcl: 697,14 Prot: 26,36 HC: 87,45 Lip: 24,09
31	Lentejas estofadas Tortilla de calabacín									kcl: 700,33 Prot: 24,72 HC: 89,77 Lip: 24,37

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES