

MES: abril-24

MENÚ: BASAL CASTILLA Y LEÓN

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	NO LECTIVO	2	NO LECTIVO	3	Lentejas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada Pan y Fruta	4	Crema de zanahoria Pechuga rebozada con ensalada Pan y Yogurt	5	Arroz caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa verde Pan y Fruta	kcl: 747,0 Prot: 30,0 HC: 100,4 Lip: 23,7
8	Potaje de garbanzos con arroz Salmón con salsa de tomate Pan y Fruta	9	Crema de verduras Pollo en salsa de champiñones Pan y Yogurt	10	Sopa minestrone Albóndigas de merluza y pota en salsa Pan y Fruta	11	Judías verdes con refrito de bacon Magro a la campesina Pan y Yogurt	12	Alubias estofadas Tortilla de patata con ensalada Pan y Fruta	kcl: 763,2 Prot: 36,5 HC: 88,8 Lip: 24,7
15	Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada Pan y Fruta	16	Lentejas a la castellana Tortilla de calabacín con ensalada Pan y Yogurt	17	Arroz con tomate Filete de abadejo al horno con verduras Pan y Fruta	18	Sopa de cocido Cocido completo Pan y Yogurt	19	Menestra con refrito Pavo guisado con verduras Pan y Fruta	kcl: 753,5 Prot: 32,7 HC: 97,4 Lip: 24,8
22	NO LECTIVO	23	FESTIVO	24	Lentejas a la jardinera Tortilla de chorizo con ensalada Pan y Fruta	25	Crema de calabacín Pollo con arroz Pan y Yogurt	26	Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera Pan y Fruta	kcl: 740,6 Prot: 31,9 HC: 97,8 Lip: 23,5
29	Guiso de alubias con verduras Tiras de mar (pota) rebozadas con ensalada Pan y Fruta	30	Sopa de fideos con verduras Pollo en salsa Pan y Yogurt							kcl: 785,3 Prot: 40,7 HC: 99,7 Lip: 22,8

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES