

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: diciembre-25

MENÚ:

5. NO CERDO, CORDERO, VACA

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Alubias estofadas	2	Sopa de sémola de arroz	3	Crema de verduras	4	Judías verdes con refrito	5	Potaje de garbanzos	kcl: 706,29
	Salmón con salsa de tomate		Pollo en salsa		Macarrones eco integrales con boloñesa vegana		Merluza en pepitoria		Tortilla de queso	Prot: 25,32
8		9	Lentejas eco estofadas con arroz integral	10	Menestra salteada	11	Sopa de verduras	12	Arroz caldoso de verduras	HC: 87,02
			Tortilla de patata		Estofado de pavo con verduras		Tortilla francesa de atún		Filete de merluza en salsa verde	Lip: 25,76
15	Guiso de alubias con arroz integral	16	Verdura tricolor	17	Crema de brócoli	18	Lentejas a la castellana	19	Espirales con salsa pomodoro	kcl: 693,53
	Filete de abadejo al horno con verduritas		Huevos aurora		Palometa a la griega		Tortilla francesa		Pechuga de pollo empanada	Prot: 24,14
22		23		24		25		26		HC: 91,61
29		30		31						Lip: 23,10
										kcl: 709,71
										Prot: 25,68
										HC: 91,05
										Lip: 24,55

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES