

MES: diciembre-24

MENÚ: 5. NO CERDO, CORDERO, VACA

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	Sopa minestrone Albóndigas de merluza y pota en salsa	3	Lentejas guisadas con verduras Tortilla francesa	4	Crema de calabacín Pollo con arroz	5	Alubias estofadas Salmón con salsa de tomate	6		kcl: 706,29 Prot: 25,32 HC: 87,02 Lip: 25,76
9		10	Arroz caldoso de verduras Pollo en salsa	11	Crema de verduras Tortilla de patata	12	Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa marinera	13	Verdura tricolor Pavo guisado con verduras	kcl: 693,53 Prot: 24,14 HC: 91,61 Lip: 23,10
16	Guiso de alubias Pollo en salsa de champiñones	17	Crema de zanahoria Tortilla francesa	18	Macarrones con tomate Filete de abadejo en salsa	19	Lentejas a la campesina Tortilla de calabacín	20	Arroz con tomate Rodaja de merluza empanada	kcl: 709,71 Prot: 25,68 HC: 91,05 Lip: 24,55
23		24		25		26		27		
30		31								

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES