

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: diciembre-25

MENÚ:

32. SIN TOMATE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
1 Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	2 Sopa de ave casera Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	3 Crema de verduras Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	4 Judías verdes con refrito Magro con champiñones Fruta y pan sin gluten	5 Garbanzos con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 695,27 Prot: 25,74 HC: 90,10 Lip: 22,98
8 FESTIVO	9 Guisantes rehogados Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	10 Menestra salteada Estofado de pavo Fruta y pan sin gluten	11 Sopa de ave casera Cocido completo Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	12 Arroz salteado Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan sin gluten	kcl: 678,32 Prot: 22,93 HC: 88,41 Lip: 23,37
15 Guiso de alubias con arroz integral Abadejo al horno Fruta y pan sin gluten	16 Verdura tricolor Magro con champiñones Fruta y pan sin gluten	17 Crema de brócoli Limanda en pepitoria Fruta y pan sin gluten	18 Guisantes rehogados Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	19 Pasta sin gluten ni huevo Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 679,72 Prot: 25,14 HC: 89,92 Lip: 19,96
22 VACACIONES DE NAVIDAD	23 VACACIONES DE NAVIDAD	24 VACACIONES DE NAVIDAD	25 VACACIONES DE NAVIDAD	26 VACACIONES DE NAVIDAD	
29 VACACIONES DE NAVIDAD	30 VACACIONES DE NAVIDAD	31 VACACIONES DE NAVIDAD			

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES