

MES: abril-26

MENÚ: 15. SIN PURÉ

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1 SEMANA SANTA	2 SEMANA SANTA	3 SEMANA SANTA	
6 SEMANA SANTA	7 Arroz caldoso de verduras Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan	8 Lentejas a la campesina Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	9 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Yogur y pan	10 Acelgas con patata Albóndigas vegetales con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 678,42 Prot: 23,17 HC: 89,14 Lip: 22,95
13 Guiso de alubias Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan	14 Judías verdes salteadas Magro guisado con verduras Fruta y pan	15 Sopa minestrone Salmón al horno con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	16 Menestra salteada Pechuga al horno Yogur y pan	17 Lentejas estofadas con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 695,12 Prot: 25,71 HC: 90,68 Lip: 21,08
20 Brócoli rehogado Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	21 Arroz con tomate Tortilla de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	22 Coliflor rehogada Pollo al chilindrón Ensalada de lechuga Fruta y pan	23 FESTIVO	24 FESTIVO	kcl: 710,04 Prot: 25,98 HC: 92,12 Lip: 23,97
27 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan	28 Lentejas a la castellana con arroz integral Palometa a la griega Ensalada de lechuga Fruta y pan	29 Espirales con salsa pomodoro Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	30 Sopa de cocido Pechuga al horno Ensalada de lechuga Yogur y pan		kcl: 685,74 Prot: 24,81 HC: 89,85 Lip: 22,63

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES