

MES: marzo-23

MENÚ: (08) - SIN PESCADO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1 Crema de zanahoria Ternera guisada Ensalada Fruta y pan	2 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Ensalada Yogur y pan	3 FESTIVO	kcl: 711,4 Prot: 26,2 HC: 90,5 Lip: 24,3
6 FESTIVO	7 Crema de verduras Lomo en salsa casera Fruta y pan	8 Sopa minestrone Tortilla de patata Ensalada Fruta y pan	9 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Yogur y pan	10 Alubias estofadas Pollo al limón Ensalada Fruta y pan	kcl: 715,2 Prot: 26,7 HC: 90,9 Lip: 24,8
13 Crema de zanahoria Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y pan	14 Lentejas a la castellana Pollo en salsa Fruta y pan	15 Arroz con tomate Lomo encebollado Fruta y pan	16 Sopa de cocido Cocido completo Ensalada Yogur y pan	17 Menestra salteada Empanada de ternera Ensalada Fruta y pan	kcl: 692,4 Prot: 25,4 HC: 89,7 Lip: 23,2
20 Macarrones a la napolitana Ternera guisada Fruta y pan	21 Crema de calabacín Lomo con pimentón Ensalada Fruta y pan	22 Lentejas a la jardinera Pollo al limón Ensalada Fruta y pan	23 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Ensalada Yogur y pan	24 Guiso de alubias con verduras Albóndigas de cerdo en salsa española Fruta y pan	kcl: 703,0 Prot: 25,1 HC: 90,3 Lip: 24,4
27 Lentejas a la campesina Tortilla de patata Ensalada Fruta y pan	28 Sopa maravilla con verduras Lomo asado Fruta y pan	29 Arroz con tomate Pechuga al horno Ensalada Fruta y pan	30 Potaje de garbanzos Revuelto de york Ensalada Yogur y pan	31 Crema de verduras Pizza de bacon Fruta y pan	kcl: 697,6 Prot: 25,8 HC: 88,1 Lip: 24,4

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES