

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: septiembre-25

MENÚ: 1.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
1	2	3	4	5	
8	9	10	11	12	
Crema de zanahoria Pollo al chilindrón Pan y Postre	Potaje de garbanzos con arroz Filete de abadejo al horno con verduritas Pan y Postre	Menestra salteada Magro a la campesina Pan y Postre	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera Pan y Postre	Guisantes rehogados Tortilla de chorizo Pan y Postre	kcl: 687,19 Prot: 25,67 HC: 90,65 Lip: 20,23
15	16	17	18	19	
Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Pan y Postre	Guiso de alubias Tortilla de calabacín Pan y Postre	Arroz caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa Pan y Postre	Sopa de verduras Cocido completo Pan y Postre	Patatas guisadas Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Pan y Postre	kcl: 709,97 Prot: 24,57 HC: 94,12 Lip: 23,70
22	23	24	25	26	
Guisantes rehogados Abadejo en pepitoria Pan y Postre	Verdura tricolor Magro a la campesina Pan y Postre	Alubias estofadas Tortilla de patata Pan y Postre	Crema de calabacín Pollo con arroz Pan y Postre	Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Filete de merluza en salsa verde Pan y Postre	kcl: 686,24 Prot: 24,30 HC: 90,89 Lip: 22,45
29	30				
Potaje de garbanzos Salmón con salsa de tomate Pan y Postre	Sopa de verduras Pollo en salsa de champiñones Pan y Postre				kcl: 690,67 Prot: 25,28 HC: 92,47 Lip: 21,96

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES