

**MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE **

MES: **febrero-26**

MENÚ:

**5. NO CERDO**

<b>Lunes</b>		<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>	<b>I. Nutricional</b>
<b>2</b>	Espirales pomodoro Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	<b>3</b> Alubias estofadas con arroz integral Filete de abadejo en salsa Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	<b>4</b> Judías verdes con refrito Merluza en pepitoria Fruta y pan	<b>5</b> Sopa de verduras Bacalao rebozado Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	<b>6</b> Crema de calabacín eco Pollo en salsa Fruta y pan	kcl: 706,29 Prot: 25,32 HC: 87,02 Lip: 25,76
<b>9</b>	Menestra salteada Pavo guisado con verduras Fruta y pan	<b>10</b> Lentejas eco estofadas con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	<b>11</b> Sopa minestrone Pollo al chilindrón Fruta y pan	<b>12</b> Potaje de garbanzos Revuelto de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	<b>13</b> Arroz eco con tomate Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 693,53 Prot: 24,14 HC: 91,61 Lip: 23,10
<b>16</b>	Guiso de alubias Filete de abadejo al horno con verduritas Ensalada de lechuga Fruta y pan	<b>17</b> Verdura tricolor Rodaja de merluza empanada Fruta y pan integral	<b>18</b> Macarrones eco integrales con salsa napolitana Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	<b>19</b> Crema de zanahoria eco Pollo con arroz Yogur y pan integral	<b>20</b> Lentejas a la castellana Salmón al horno con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 709,71 Prot: 25,68 HC: 91,05 Lip: 24,55
<b>23</b>	Sopa maravilla con verduras Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan	<b>24</b> Arroz eco caldoso con verduras Palometa a la griega Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	<b>25</b> Potaje de garbanzos Huevos aurora Ensalada de lechuga Fruta y pan	<b>26</b> Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Yogur y pan integral	<b>27</b> Alubias estofadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 706,63 Prot: 25,06 HC: 92,48 Lip: 23,84

**VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)**