

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

MES: **febrero-26**

MENÚ:

**21. NO LACTOSA**

<b>Lunes</b>		<b>Martes</b>	<b>Miércoles</b>	<b>Jueves</b>	<b>Viernes</b>	<b>I. Nutricional</b>
<b>2</b>						
Pasta pomodoro	3	Alubias estofadas con arroz integral	4	Judías verdes con refrito	5	Sopa casera
Tortilla de york		Abadejo ajoarriero		Magro a la campesina		Cocido completo
Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga
Fruta y pan		Fruta y pan		Fruta y pan		Fruta y pan
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>		
Menestra salteada	Lentejas eco estofadas con arroz integral	Sopa casera	Potaje de garbanzos	Arroz eco con tomate		kcl: 697,14
Pavo guisado con verduras	Tortilla de patata	Pollo al chilindrón	Revuelto de atún	Abadejo al horno		Prot: 26,36
	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		HC: 87,45
Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan		Lip: 24,09
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>		
Guiso de alubias	Verdura tricolor	Pasta a la napolitana	Crema de zanahoria eco	Lentejas a la castellana		kcl: 700,33
Abadejo ajoarriero	Magro a la campesina	Tortilla francesa	Pollo con arroz	Limanda al horno		Prot: 24,72
Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		HC: 89,77
Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan		Lip: 24,37
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>		
Sopa casera	Arroz eco caldoso de verduras	Potaje de garbanzos	Judías verdes con refrito	Alubias estofadas		kcl: 697,55
Pollo en salsa de champiñones	Abadejo al horno	Revuelto de york	Pavo guisado con verduras	Tortilla de calabacín		Prot: 25,62
	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		HC: 90,78
Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan	Fruta y pan		Lip: 21,35

**VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES**