

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN Dáramark

MES: **enero-26**

MENÚ:

26. OVOLACTOVEGETARIANO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			1 VACACIONES DE NAVIDAD	2 VACACIONES DE NAVIDAD
5 VACACIONES DE NAVIDAD	6 VACACIONES DE NAVIDAD	7 Lentejas eco estofadas Guiso de patata Fruta y pan	8 Espirales con salsa pomodoro Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	9 Judías verdes con refrito Burguer vegetal Fruta y pan
12 Alubias estofadas con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	13 Menestra salteada Burguer de lenteja Fruta y pan integral	14 Crema de zanahoria eco Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	15 Sopa de verduras Guisantes rehogados Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	16 Arroz caldoso de verduras Albóndigas vegetales en salsa Fruta y pan
19 Lentejas a la castellana Puré de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	20 Sopa de verduras Huevos aurora Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	21 Macarrones eco integrales con salsa napolitana Guisantes rehogados Fruta y pan	22 Verdura tricolor Burguer vegetal Yogur y pan integral	23 Guiso de alubias Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan
26 Sopa de verduras Guisantes rehogados Ensalada de lechuga Fruta y pan	27 Lentejas eco a la campesina Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	28 Arroz con tomate Albóndigas vegetales en salsa Fruta y pan	29 FESTIVO	30 Menestra salteada Burguer de lenteja Fruta y pan

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES