

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN Dáramark

MES: febrero-26

MENÚ:

26. OVOLACTOVEGETARIANO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Espirales pomodoro Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	3 Alubias estofadas con arroz integral Coliflor rehogada Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	4 Judías verdes con refrito Burguer vegetal Fruta y pan	5 Sopa de verduras Guisantes rehogados Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	6 Crema de calabacín eco Huevos aurora Fruta y pan
9 Menestra salteada Albóndigas vegetales en salsa Fruta y pan	10 Lentejas eco estofadas con arroz integral Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	11 Sopa de verduras Guisantes salteados Fruta y pan	12 Potaje de garbanzos Salteado de verduras Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	13 Arroz eco con tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan
16 Guiso de alubias Guiso de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	17 Verdura tricolor Huevos aurora Fruta y pan integral	18 Macarrones eco integrales con salsa napolitana Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	19 Crema de zanahoria eco Burguer vegetal Yogur y pan integral	20 Lentejas a la castellana Acelgas con patata Ensalada de lechuga Fruta y pan
23 Sopa de verduras Guisantes rehogados Fruta y pan	24 Arroz eco caldoso de verduras Burguer de lenteja Ensalada de lechuga Fruta y pan integral	25 Potaje de garbanzos Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan	26 Judías verdes con refrito Albóndigas vegetales en salsa Yogur y pan integral	27 Alubias estofadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES