

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE Aramark

MES: febrero-26

MENÚ:

4. NO LACTOSA, PLV, FRUTOS SECOS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 Espirales pomodoro Tortilla de york	3 Alubias estofadas con arroz integral Filete de abadejo en salsa	4 Judías verdes con refrito Magro a la campesina	5 Sopa de cocido Estofado de pavo	6 Crema de calabacín eco Pollo en salsa	kcl: 703,65 Prot: 26,67 HC: 88,52 Lip: 24,10
9 Menestra salteada Pavo guisado con verduras	10 Lentejas eco estofadas con arroz integral Tortilla de patata	11 Sopa minestrone Pechuga al horno	12 Potaje de garbanzos Magro con champiñones	13 Arroz con tomate Filete de merluza en salsa verde	kcl: 689,18 Prot: 23,64 HC: 89,91 Lip: 23,43
16	17	18 Macarrones eco integrales con salsa napolitana Tortilla francesa	19 Crema de zanahoria Pollo con arroz	20 Lentejas a la castellana Salmón con salsa de tomate	kcl: 688,12 Prot: 25,71 HC: 90,65 Lip: 20,32
23 Sopa maravilla con verduras Pechuga al horno	24 Arroz caldoso con verduras Palometa a la griega	25 Crema de verduras Guiso de garbanzos con huevo duro y arroz integral	26 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras	27 Alubias estofadas Tortilla de calabacín	kcl: 704,61 Prot: 26,07 HC: 92,45 Lip: 24,03

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES