

MES: junio-24

MENÚ: (M.) - NO HUEVO, FRUTOS SECOS, LACTOSA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
					kcl: 2965/593 Prot: 36,0 HC: 95,0 Lip: 21,0
3 Macarrones con tomate sin huevo  Croquetas alergias Ensalada de lechuga, zanahoria y maiz Pan y agua Fruta	4 Crema de calabacin  Lomo asado Patatas asadas Pan y agua Yogur soja	5 Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno Ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa Pan y agua Fruta	6 Arroz con magro  Ragout de ternera Zanahoria asada Pan y agua Yogur soja	7 Sopa de fideos sin huevo  Escalope de pollo Ensalada verde Pan y agua Fruta	kcl: 3102/620 Prot: 37,0 HC: 97,0 Lip: 22,0
10 Sopa de verduras sin huevo  Abadejo al horno Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Pan y agua Fruta	11 Arroz con pollo  Magro a la jardinera Ensalada de lechuga y maiz Pan y agua Yogur soja	12 Macarrones con tomate sin huevo  Merluza a la bilbaina Ensalada de lechuga y aceitunas negras Pan y agua Fruta	13 Alubias pintas estofadas  Albóndigas a la jardinera Salteado de verduras guarnición Pan y agua Yogur soja	14 Crema de calabaza  Contramuslo de pollo Patatas fritas Pan y agua Fruta	kcl: 2963/592 Prot: 35,0 HC: 91,0 Lip: 30,0
17 Lentejas estofadas con verduras  Lacón al horno Ensalada de lechuga y maiz Pan y agua Fruta	18 Arroz a la napolitana  Abadejo a la romana Ensalada de lechuga y aceitunas negras Pan y agua Yogur soja	19 Judías verdes con patata  Pollo asado al romero Arroz salteado Pan y agua Fruta	20 Macarrones con tomate sin huevo  Merluza al horno Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Pan y agua Yogur soja	21 Hamburguesa de pollo  Patatas chips Pan y agua Fruta	kcl: 2993/598 Prot: 37,0 HC: 90,0 Lip: 28,0
24 Vacaciones	25 Vacaciones	26 Vacaciones	27 Vacaciones	28 Vacaciones	kcl: Prot: HC: Lip:

