

MES: junio-25

MENÚ: (06) - NO CARNE

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	Potaje de garbanzos Salmón al horno con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan	3	Crema de zanahoria eco Tortilla francesa Fruta y pan integral	4	Macarrones integrales eco con salsa napolitana Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan	5	Alubias estofadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	6	Verdura tricolor Albóndigas de merluza a la griega Fruta y pan	kcl: 704,3 Prol: 25,1 HC: 92,6 Lip: 23,5
9	Lentejas eco estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan	10	Patatas guisadas Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan integral	11	Judías verdes con refrito Bacalao rebozado Fruta y pan	12	Sopa de verduras Merluza en pepitoria Ensalada de lechuga Yogur y pan integral	13	Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 706,2 Prol: 23,9 HC: 91,6 Lip: 24,5
16	Guiso de alubias Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan	17	Crema de calabacín eco Salmón al horno Fruta y pan integral	18	Lentejas a la jardinera Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan	19	Menestra salteada Guiso de caballa Yogur y pan integral	20	Espirales con salsa pomodoro Rodaja de merluza empanada Ensalada de lechuga Fruta y pan	kcl: 698,6 Prol: 24,3 HC: 91,2 Lip: 23,9
23		24		25		26		27	0 0 0 0	
30										