

MES: **abril-21**

MENÚ: **BASAL CASTILLA Y LEÓN**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	kcl: Prot: HC: Lip:
5 VACACIONES	6 Lentejas a la castellana Albóndigas de merluza y pota en salsa Postre lacteo y pan	7 Menestra salteada Lomo en salsa Fruta y pan	8 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan	9 Arroz a la cubana Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	kcl: 761,9 Prot: 26,7 HC: 105,4 Lip: 25,9
12 Macarrones a la napolitana Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan	13 Crema de calabacín Magro estofado en salsa cazadora Postre lacteo y pan	14 Lentejas a la jardinera Nuggets de pescado con ensalada Fruta y pan	15 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún con ensalada Fruta y pan	16 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y pan	kcl: 760,1 Prot: 28,0 HC: 102,4 Lip: 26,5
19 Arroz con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	20  MENÚ TIERRA DE SABOR Lentejas a la riojana Pollo en salsa de champiñones Fruta Tierra de Sabor y pan	21 Sopa maravilla con verduras Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre lacteo y pan	22 Judías verdes con refrito Merluza a la andaluza con ensalada Fruta y pan	23 FESTIVO COMUNIDAD CYL	kcl: 756,9 Prot: 29,0 HC: 103,3 Lip: 25,3
26 Lentejas guisadas con verduras Palometa a la griega Fruta y pan	27 Arroz a la cubana Salchichas al horno con ensalada Postre lacteo y pan	28 Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa Fruta y pan	29 Crema de verduras San jacob con ensalada Fruta y pan	30 Espirales pomodoro Tortilla americana con ensalada Fruta y pan	kcl: 747,3 Prot: 26,0 HC: 105,7 Lip: 24,5

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES