


MES: diciembre-21

MENÚ: BASAL VALLADOLID

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1 Arroz con tomate Tortilla de atún Ensalada Fruta y Pan	2 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y Pan	3 Crema de calabacín Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera Fruta y Pan	kcl: 788,1 Prot: 28,2 HC: 97,1 Lip: 27,4
6 FESTIVO	7 NO LECTIVO	8 FESTIVO	9 Arroz caldoso de verduras Tortilla alemana Ensalada Fruta y Pan	10  MENÚ TIERRA DE SABOR Lentejas a la riojana Pollo en salsa de champiñones Fruta y Pan	kcl: 795,6 Prot: 30,2 HC: 98,5 Lip: 26,9
13 Potaje de garbanzos con arroz Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	14 Crema de verduras Merluza empanada Ensalada Postre Lácteo y Pan	15 Sopa minestrone Tortilla de patata Ensalada Fruta y Pan	16 Judías verdes con refrito Pincho moruno de cerdo con salteado de arroz Fruta y Pan	17 Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa Fruta y Pan	kcl: 786,6 Prot: 29,6 HC: 96,6 Lip: 26,7
20 Crema de zanahoria Tortilla de calabacín Ensalada Fruta y Pan	21 Lentejas a la castellana Pollo asado en su jugo Fruta y Pan	22 Espirales pomodoro Salchichas al horno Ensalada Postre Lácteo y Pan	23 VACACIONES	24 VACACIONES	kcl: 746,7 Prot: 27,6 HC: 89,7 Lip: 26,3
27 VACACIONES	28 VACACIONES	29 VACACIONES	30 VACACIONES	31 VACACIONES	kcl: Prot: HC: Lip:

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES