

MES: noviembre-19

MENÚ: BASAL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1 FESTIVO	kcl: Prot: HC: Lip:
4 Arroz a la napolitana Croquetas de bacalao con ensalada Pan y postre lácteo	5 Sopa de cocido Cocido completo Pan y fruta	6 Crema parmentiner Pechuga de pollo al ajillo con ensalada Pan y fruta	7 Alubias estofadas con verduras Ventresca de merluza a la donostiarra con ensalada Pan y postre lácteo	8 Salteado de judías verdes Tortilla paisana con ensalada Pan y fruta	kcl: Prot: HC: Lip:
11 Coditos gratinados Abadejo en salsa verde con ensalada Pan y postre lácteo	12  <u>MENÚ TIERRA DE SABOR</u> Lentejas estofadas con chorizo Jamoncitos de pollo asado con ensalada Pan y fruta tierra de sabor	13 Verduras rehogadas Estofado de ternera con patatas fritas Pan y fruta	14 JORNADA GASTRONÓMICA LA RIOJA Alubias pintas a la riojana Huevos a la riojana Postre especial	15 Crema de calabacín con queso Rape a la romana con ensalada Pan y fruta	kcl: Prot: HC: Lip:
18 Sopa de ave con fideos Tortilla de patata casera con ensalada Pan y postre lácteo	19 Lentejas estofadas con verduras Palometa con pisto Pan y fruta	20 Crema de verduras Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Pan y fruta	21 Arroz a la milanesa Filete de merluza a la bilbaína con ensalada Pan y postre lácteo	22 Sopa de cocido Cocido completo Pan y fruta	kcl: Prot: HC: Lip:
25 Lentejas estofadas con arroz Lomo al ajillo con patata panadera Pan y postre lácteo	26 Patatas estofadas con magro Ventresca de merluza a la marinera con ensalada Pan y fruta	27 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón de york con ensalada Pan y fruta	28 Menestra de verduras Pechuga de pollo al limón con ensalada Pan y fruta	29 Canelones gratinados Rape orly con ensalada Pan y fruta	kcl: Prot: HC: Lip:

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES