

MES: marzo-25

MENÚ: BASAL CASTILLA Y LEÓN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
3 No Lectivo	4 No Lectivo	5 Menestra salteada Magro a la campesina Fruta y Pan	6 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y Yogurt	7 Macarrones con salsa napolitana Filete de abadejo en salsa verde Fruta y Pan	kcl: 755,9 Prot: 36,5 HC: 91,3 Lip: 25,8
10 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Fruta y Pan	11 Sopa maravilla con verduras Salmón con salsa pomodoro Fruta y Yogurt	12 Lentejas a la jardinera Tortilla de chorizo con ensalada Fruta y Pan	13 Arroz con tomate Filete de abadejo en salsa Fruta y Yogurt	14 Guiso de alubias con verduras Pechuga de pollo empanada con ensalada Fruta y Pan	kcl: 741,8 Prot: 35,0 HC: 94,5 Lip: 23,5
17 Espirales con salsa carbonara Filete de merluza en salsa marinera Fruta y Pan	18 Potaje de garbanzos Tortilla de patata con ensalada Fruta y Yogurt	19 Acelgas con patata Magro a la campesina Fruta y Pan	20 Lentejas guisadas con verduras Caballa con pisto Fruta y Yogurt	21 Crema de calabacín Pollo con arroz Fruta y Pan	kcl: 763,7 Prot: 34,0 HC: 91,7 Lip: 27,9
24 Guiso de alubias Tortilla de chorizo con ensalada Fruta y Pan	25 Arroz caldoso de verduras Salmón con salsa pomodoro Fruta y Yogurt	26 Patatas guisadas Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno con ensalada Fruta y Pan	27 Sopa de cocido Cocido completo Fruta y Yogurt	28 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y Pan	kcl: 777,1 Prot: 33,2 HC: 91,7 Lip: 29,1
31 Lentejas estofadas Tortilla de calabacín con ensalada Fruta y Pan					kcl: 740,4 Prot: 32,1 HC: 98,1 Lip: 24,5

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)