

MES: abril-25

MENÚ: BASAL CASTILLA Y LEÓN

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
	1 Macarrones con salsa boloñesa Filete de abadejo en salsa verde Pan y Yogurt	2 Crema de verduras Pollo al chilindrón Pan y Fruta	3 Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa marinera Pan y Yogurt	4 Verdura tricolor Magro a la campesina Pan y Fruta	kcl: 763,8 Prot: 38,0 HC: 86,9 Lip: 27,8
7 Sopa minestrone Salmón con salsa pomodoro Pan y Fruta	8 Guiso de alubias Albóndigas de cerdo a la jardinera Pan y Yogurt	9 Menestra salteada Pavo guisado con verduras Pan y Fruta	10 Lentejas a la campesina Tortilla de patata con ensalada Pan y Yogurt	11 Arroz con tomate San jacobó con ensalada Pan y Fruta	kcl: 763,9 Prot: 32,8 HC: 97,2 Lip: 25,6
14 Vacaciones	15	16	17	18	
21	22	23 Vacaciones	24 Sopa de cocido Cocido completo Pan y Yogurt	25 Arroz caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa Pan y Fruta	kcl: 758,0 Prot: 35,5 HC: 91,8 Lip: 26,0
28 Crema de zanahoria Pollo en salsa de champiñones Pan y Fruta	29 Sopa maravilla con verduras Salmón con salsa pomodoro Pan y Yogurt	30 Lentejas a la jardinera Tortilla de chorizo con ensalada Pan y Fruta			kcl: 762,3 Prot: 38,9 HC: 94,5 Lip: 24,3

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

MES: **abril-25**

MENÚ: **3. NO HUEVO, MARISCO, FRUTOS SECOS, PESCADO AZÚL**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
	1 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Abadejo ajoarriero	2 Crema de verduras Pollo al chilindrón	3 Potaje de garbanzos Limanda en pepitoria	4 Verdura tricolor Magro a la campesina	kcl: 697,93 Prot: 25,14 HC: 89,91 Lip: 23,90
7 Sopa de verduras Abadejo al horno	8 Guiso de alubias Albóndigas de cerdo a la jardinera	9 Menestra salteada Pavo guisado con verduras	10 Lentejas a la campesina Pechuga al horno	11 Arroz con tomate Empanada de ternera	kcl: 683,71 Prot: 26,60 HC: 88,85 Lip: 20,23
14	15	16	17	18	
21	22	23	24 Sopa de verduras Cocido completo	25 Arroz caldoso de verduras Abadejo ajoarriero	kcl: 684,04 Prot: 25,36 HC: 88,41 Lip: 23,01
28 Crema de zanahoria Pollo en salsa de champiñones	29 Sopa de verduras Abadejo en pepitoria	30 Lentejas a la jardinera Lomo encebollado			kcl: 691,47 Prot: 25,48 HC: 92,47 Lip: 21,96

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

MES: **abril-25**

MENÚ: **5. NO CERDO, CORDERO, VACA**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
	1 Macarrones con tomate Filete de abadejo en salsa verde	2 Crema de verduras Pollo al chilindrón	3 Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa marinera	4 Verdura tricolor Bacalao rebozado	kcl: 693,53 Prot: 24,14 HC: 91,61 Lip: 23,10
7 Sopa minestrone Salmón con salsa pomodoro	8 Guiso de alubias Albóndigas de merluza a la griega	9 Menestra salteada Pavo guisado con verduras	10 Lentejas a la campesina Tortilla de patata	11 Arroz con tomate Merluza en pepitoria	kcl: 709,71 Prot: 25,68 HC: 91,05 Lip: 24,55
14	15	16	17	18	
21	22	23	24 Sopa de verduras Tortilla francesa de atún	25 Arroz caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa	kcl: 711,13 Prot: 24,16 HC: 91,56 Lip: 24,98
28 Crema de zanahoria Pollo en salsa de champiñones	29 Sopa maravilla con verduras Salmón con salsa pomodoro	30 Lentejas a la jardinera Tortilla francesa			kcl: 697,94 Prot: 24,48 HC: 90,97 Lip: 23,79

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

MES: abril-25

MENÚ: 10. NO FRUTOS SECOS, CACAHUETE, SÉSAMO

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

1

Macarrones con salsa boloñesa  
Filete de abadejo en salsa verde

2

Crema de verduras  
Pollo al chilindrón

3

Potaje de garbanzos  
Filete de merluza en salsa marinera

4

Verdura tricolor  
Magro a la campesina

7

Sopa minestrone  
Salmón con salsa pomodoro

8

Guiso de alubias  
Albóndigas de cerdo a la jardinera

9

Menestra salteada  
Pavo guisado con verduras

10

Lentejas a la campesina  
Tortilla de patata

11

Arroz con tomate  
Pollo asado

14

15

16

17

18

21

22

23

24

25

Sopa de cocido  
Cocido completo

Arroz caldoso de verduras  
Filete de abadejo en salsa

28

Crema de zanahoria  
Pollo en salsa de champiñones

29

Sopa maravilla con verduras  
Salmón con salsa pomodoro

30

Lentejas a la jardinera  
Tortilla de chorizo

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

MES: abril-25

MENÚ: 57. TRITURADO

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

	1 Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro	2 Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín	3 Triturado de pescado, patata y zanahoria	4 Triturado de magro, patata, judía verde y zanahoria
7 Triturado de pescado, patata y zanahoria	8 Triturado de alubias, pescado, patata y judía verde	9 Triturado de pavo, patata, calabaza y zanahoria	10 Triturado de huevo, patata, judía verde y calabacín	11 Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro
14	15	16	17	18
21	22	23	24 Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín	25 Triturado de pescado, patata y zanahoria
28 Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín	29 Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro	30 Triturado de lentejas, pollo, patata, calabacín y zanahoria		

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