

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **1**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 690.67 Prot: 25.28 HC: 92.47 Lip: 21.96
9 Guisantes rehogados Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 683.86 Prot: 24.10 HC: 88.41 Lip: 23.53
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Guisantes rehogados Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Tortilla americana Fruta y Pan	kcl: 699.15 Prot: 26.67 HC: 88.52 Lip: 23.70
23 Guisantes rehogados Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 691.93 Prot: 23.64 HC: 89.91 Lip: 23.90
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la Postre Lácteo y Pan				kcl: 687.19 Prot: 25.67 HC: 90.65 Lip: 20.23

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **2**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 560.82 Prot: 19.82 HC: 72.78 Lip: 19.20
9 Lentejas con arroz Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Ternera guisada Postre Lácteo y Pan	11 Menestra de verduras Pollo al limón Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 564.85 Prot: 20.08 HC: 71.13 Lip: 20.26
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Espinacas salteadas Pollo asado Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Crema de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 570.04 Prot: 20.54 HC: 69.98 Lip: 20.88
23 Lentejas estofadas Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Menestra de verduras Pollo asado Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 561.94 Prot: 19.31 HC: 72.73 Lip: 19.52
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 572.94 Prot: 20.22 HC: 72.84 Lip: 20.36

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **3**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Pollo al limón Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 691.47 Prot: 25.48 HC: 92.47 Lip: 21.96
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Ternera guisada Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 688.39 Prot: 24.76 HC: 88.41 Lip: 23.74
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 703.89 Prot: 25.74 HC: 89.42 Lip: 24.24
23 Lentejas estofadas Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 697.93 Prot: 25.14 HC: 89.91 Lip: 23.90
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la Postre Lácteo y Pan				kcl: 683.71 Prot: 26.60 HC: 88.85 Lip: 20.23

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **4**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 694.53 Prot: 24.78 HC: 90.47 Lip: 23.50
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 688.49 Prot: 25.80 HC: 88.41 Lip: 23.76
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla americana Fruta y Pan	kcl: 703.65 Prot: 26.67 HC: 88.52 Lip: 24.10
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 689.18 Prot: 23.64 HC: 89.91 Lip: 23.43
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan				kcl: 688.12 Prot: 25.71 HC: 90.65 Lip: 20.32

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

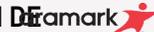
MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **5**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Varitas de merluza Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas de merluza y pota a la griega Fruta y Pan	kcl: 697.94 Prot: 24.48 HC: 90.97 Lip: 23.79
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Tiras de mar en salsa americana Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Cazuela de pescado Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Salmón al horno Fruta y Pan	kcl: 705.20 Prot: 24.90 HC: 89.48 Lip: 25.07
16 Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Pechuga de pollo rebozada Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Merluza encebollada Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 706.29 Prot: 25.32 HC: 87.02 Lip: 25.76
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Salmón al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Tiras de mar en salsa americana Fruta y Pan	kcl: 693.53 Prot: 24.14 HC: 91.61 Lip: 23.10
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 709.71 Prot: 25.68 HC: 91.05 Lip: 24.55

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **6**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Varitas de merluza Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas de merluza y pota a la griega Fruta y Pan	kcl: 698.57 Prot: 24.28 HC: 91.17 Lip: 23.86
9 Lentejas con arroz Merluza en salsa de zanahoria Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Tiras de mar en salsa americana Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Cazuela de pescado Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Salmón al horno Fruta y Pan	kcl: 702.16 Prot: 24.68 HC: 89.48 Lip: 24.83
16 Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Huevos aurora Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Merluza encebollada Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 707.65 Prot: 25.28 HC: 87.22 Lip: 25.84
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Merluza al horno Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Salmón al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Tiras de mar en salsa americana Fruta y Pan	kcl: 692.33 Prot: 23.97 HC: 91.48 Lip: 23.10
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Salmón al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 704.85 Prot: 25.52 HC: 91.21 Lip: 24.01

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **7**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 689.99 Prot: 24.78 HC: 90.97 Lip: 24.00
9 Lentejas con arroz Merluza en salsa de zanahoria Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Ternera guisada Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Salmón al horno Fruta y Pan	kcl: 700.52 Prot: 24.69 HC: 90.23 Lip: 24.31
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Crema de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 696.05 Prot: 25.30 HC: 86.91 Lip: 24.68
23 Lentejas estofadas Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Merluza al horno Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Tiras de mar en salsa americana Fruta y Pan	kcl: 695.02 Prot: 24.02 HC: 90.64 Lip: 23.75
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Salmón al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 690.39 Prot: 25.27 HC: 91.05 Lip: 25.45

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **8**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Pollo al limón Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 702.95 Prot: 25.12 HC: 90.30 Lip: 24.36
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Lomo asado Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 697.59 Prot: 25.84 HC: 88.10 Lip: 24.42
16 Alubias estofadas Ternera guisada Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pechuga al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla americana Fruta y Pan	kcl: 722.37 Prot: 26.17 HC: 88.12 Lip: 26.68
23 Lentejas estofadas Estofado de pavo Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 702.33 Prot: 24.80 HC: 89.82 Lip: 24.58
30 Guiso de alubias Lomo asado Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera Postre Lácteo y Pan				kcl: 711.42 Prot: 26.19 HC: 90.48 Lip: 24.26

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **9**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Puré de patata Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 687.44 Prot: 24.61 HC: 92.85 Lip: 21.73
9 Salteado de verduras Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Magro estofado en salsa agri dulce Fruta y Pan	kcl: 685.43 Prot: 23.72 HC: 88.26 Lip: 23.94
16 Guiso de patata Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 694.11 Prot: 25.90 HC: 89.11 Lip: 23.22
23 Salteado de verduras Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 681.01 Prot: 22.74 HC: 88.53 Lip: 23.70
30 Acelgas con patata Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan				kcl: 682.67 Prot: 25.21 HC: 90.16 Lip: 20.15

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **10**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Sopa de pasta</p> <p>Cocido completo</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Abadejo en pepitoria</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Tortilla de atún</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 685.53</p> <p>Prot: 24.78</p> <p>HC: 90.47</p> <p>Lip: 22.50</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>Pollo al chilindrón</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Crema de brócoli</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Sopa de puchero andaluz</p> <p>Cazuela de pescado</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Judías verdes con refrito</p> <p>Magro estofado en salsa agridulce</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 692.56</p> <p>Prot: 25.60</p> <p>HC: 88.41</p> <p>Lip: 23.83</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas</p> <p>Albóndigas de merluza y pota en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Lomo con pimientos</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Salchichas al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Espirales pomodoro</p> <p>Tortilla americana</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 712.55</p> <p>Prot: 25.67</p> <p>HC: 87.47</p> <p>Lip: 26.10</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Filete de merluza en salsa verde</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Pollo a la barbacoa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Cocido completo</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 702.43</p> <p>Prot: 24.14</p> <p>HC: 90.91</p> <p>Lip: 24.40</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias</p> <p>Empanada de atún</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Macarrones pomodoro</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>				<p>kcl: 697.99</p> <p>Prot: 25.27</p> <p>HC: 91.05</p> <p>Lip: 21.43</p>

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE  Earamark

MES: **May-22**

MENÚ: **11**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	FESTIVO	3	Arroz cocido Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	4	Puré de patata Lomo al horno Fruta y Pan	5	Arroz cocido Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6	Puré de patata Abadejo al horno Fruta y Pan
9	Arroz cocido Pechuga al horno Fruta y Pan	10	Puré de patata Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	11	Crema de zanahoria Tortilla francesa Fruta y Pan	12	Puré de patata Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13	Arroz cocido Pechuga al horno Fruta y Pan
16	Arroz cocido Merluza al horno Fruta y Pan	17	Puré de patata Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	18	Crema de zanahoria Abadejo al horno Fruta y Pan	19	Puré de patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20	Arroz cocido Tortilla francesa Fruta y Pan
23	Crema de zanahoria Lomo al horno Fruta y Pan	24	Puré de patata Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	25	Arroz cocido Merluza al horno Fruta y Pan	26	Puré de patata Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27	Puré de patata Pechuga al horno Fruta y Pan
30	Arroz cocido Abadejo al horno Fruta y Pan	31	Crema de zanahoria Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan						

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **12**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Guiso de patata Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 684.87 Prot: 24.78 HC: 89.92 Lip: 22.64
9 Acelgas rehogadas Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Salteado de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 680.29 Prot: 25.30 HC: 87.24 Lip: 23.12
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de zanahoria Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla americana Fruta y Pan	kcl: 702.50 Prot: 24.53 HC: 91.61 Lip: 23.65
23 Salteado de verduras Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 700.07 Prot: 24.01 HC: 90.64 Lip: 24.27
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan				kcl: 697.35 Prot: 24.61 HC: 92.36 Lip: 21.07

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **13**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Sopa de verduras sin sal</p> <p>Estofado de pavo sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Crema de zanahoria sin sal</p> <p>Abadejo en pepitoria sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Arroz con verduras sin sal</p> <p>Magro con champiñones sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras sin sal</p> <p>Lomo asado sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 686.60</p> <p>Prot: 25.89</p> <p>HC: 91.56</p> <p>Lip: 21.73</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz sin sal</p> <p>Pechuga al horno sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Crema de brócoli sin sal</p> <p>Lomo encebollado sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Arroz con tomate sin sal</p> <p>Ternera guisada sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Sopa de verduras sin sal</p> <p>Merluza en salsa de zanahoria sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Judías verdes con refrito sin sal</p> <p>Abadejo al horno sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 693.83</p> <p>Prot: 24.96</p> <p>HC: 90.47</p> <p>Lip: 23.34</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas sin sal</p> <p>Merluza al horno sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz con verduras sin sal</p> <p>Lomo con pimientos sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras sin sal</p> <p>Abadejo al horno sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Crema de verduras sin sal</p> <p>Pechuga al horno sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Espiraes pomodoro sin sal</p> <p>Estofado de pavo sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 696.95</p> <p>Prot: 23.87</p> <p>HC: 89.15</p> <p>Lip: 24.42</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas sin sal</p> <p>Merluza encebollada sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Verdura tricolor sin sal</p> <p>Magro con champiñones sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate sin sal</p> <p>Pollo asado sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de verduras sin sal</p> <p>Abadejo al horno sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Crema de calabacín sin sal</p> <p>Lomo al horno sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 692.12</p> <p>Prot: 24.86</p> <p>HC: 88.58</p> <p>Lip: 23.97</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias sin sal</p> <p>Abadejo en pepitoria sin sal</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Macarrones pomodoro sin sal</p> <p>Pechuga al horno sin sal</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>				<p>kcl: 687.68</p> <p>Prot: 25.17</p> <p>HC: 89.45</p> <p>Lip: 21.04</p>

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **14**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 691.87 Prot: 25.32 HC: 89.03 Lip: 23.16
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pollo al limón Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 686.91 Prot: 24.71 HC: 90.52 Lip: 22.66
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 698.91 Prot: 25.85 HC: 87.93 Lip: 24.30
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Merluza al horno Fruta y Pan	kcl: 689.76 Prot: 25.13 HC: 89.06 Lip: 23.21
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 684.66 Prot: 24.89 HC: 88.75 Lip: 21.14

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **15**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Sopa de pasta</p> <p>Lomo con pimentón</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Espinacas salteadas</p> <p>Abadejo en pepitoria</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Tortilla de atún</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 684.66</p> <p>Prot: 24.68</p> <p>HC: 89.71</p> <p>Lip: 22.75</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>Pollo al chilindrón</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Acelgas con patata</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Sopa de verduras</p> <p>Cazuela de pescado</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Judías verdes con refrito</p> <p>Magro estofado en salsa agrdulce</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 686.38</p> <p>Prot: 25.23</p> <p>HC: 87.64</p> <p>Lip: 23.65</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas</p> <p>Albóndigas de merluza y pota en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Lomo con pimientos</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Guiso de patata</p> <p>Salchichas al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Espiraes pomodoro</p> <p>Tortilla americana</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 712.55</p> <p>Prot: 25.67</p> <p>HC: 87.47</p> <p>Lip: 26.10</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Filete de merluza en salsa verde</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Pollo a la barbacoa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Lomo al pimentón</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Acelgas con patata</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 678.42</p> <p>Prot: 23.17</p> <p>HC: 89.14</p> <p>Lip: 22.95</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias</p> <p>Empanada de atún</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Macarrones pomodoro</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>				<p>kcl: 695.12</p> <p>Prot: 25.71</p> <p>HC: 90.68</p> <p>Lip: 21.08</p>

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **16**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Espinacas salteadas Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 689.79 Prot: 24.94 HC: 90.89 Lip: 22.68
9 Salteado de verduras Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Menestra de verduras Ternera guisada Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 692.77 Prot: 26.21 HC: 87.27 Lip: 24.56
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Espinacas salteadas Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla americana Fruta y Pan	kcl: 698.19 Prot: 25.57 HC: 90.64 Lip: 23.13
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Menestra de verduras Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 682.79 Prot: 23.45 HC: 87.68 Lip: 23.96
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera Postre Lácteo y Pan				kcl: 696.25 Prot: 26.32 HC: 88.98 Lip: 21.69

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **17**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Pollo al limón Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 701.58 Prot: 26.16 HC: 89.84 Lip: 23.95
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Ternera guisada Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 702.17 Prot: 25.83 HC: 88.76 Lip: 24.64
16 Alubias estofadas Ternera guisada Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Huevos aurora Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pechuga al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Pollo asado Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 718.31 Prot: 26.71 HC: 87.69 Lip: 26.18
23 Lentejas estofadas Estofado de pavo Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Ternera guisada Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 697.93 Prot: 25.20 HC: 89.31 Lip: 24.14
30 Guiso de alubias Pollo al limón Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 708.59 Prot: 26.54 HC: 90.12 Lip: 23.95

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **18**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 685.54 Prot: 24.56 HC: 91.12 Lip: 22.31
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Cazuela de pescado Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 692.56 Prot: 25.60 HC: 88.41 Lip: 23.83
16 Guiso de patata Albóndigas de merluza y pota en salsa Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 702.50 Prot: 24.53 HC: 91.61 Lip: 23.65
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 696.56 Prot: 24.02 HC: 90.53 Lip: 23.97
30 Acelgas con patata Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera Postre Lácteo y Pan				kcl: 694.78 Prot: 25.03 HC: 90.96 Lip: 21.22

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **19**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Pollo al limón Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 688.80 Prot: 25.29 HC: 88.54 Lip: 23.05
9 Guisantes rehogados Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Ternera guisada Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 688.39 Prot: 24.76 HC: 88.41 Lip: 23.74
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Guisantes rehogados Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Crema de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 694.20 Prot: 26.90 HC: 88.20 Lip: 23.19
23 Guisantes rehogados Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 686.54 Prot: 25.76 HC: 88.58 Lip: 22.95
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la Postre Lácteo y Pan				kcl: 694.84 Prot: 26.03 HC: 88.94 Lip: 21.68

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **20**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Pollo al limón Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 715.51 Prot: 25.70 HC: 93.13 Lip: 24.24
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pechuga al horno Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 693.63 Prot: 26.61 HC: 87.42 Lip: 23.94
16 Alubias estofadas Ternera guisada Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pechuga al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 725.41 Prot: 26.90 HC: 89.68 Lip: 25.99
23 Lentejas estofadas Lomo al horno Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 697.72 Prot: 24.81 HC: 89.13 Lip: 24.37
30 Guiso de alubias Lomo asado Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la Postre Lácteo y Pan				kcl: 724.71 Prot: 26.84 HC: 90.13 Lip: 24.11

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **21**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 690.01 Prot: 24.48 HC: 90.25 Lip: 22.89
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 692.56 Prot: 25.60 HC: 88.41 Lip: 23.83
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Crema de verduras Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 697.14 Prot: 26.36 HC: 87.45 Lip: 24.09
23 Lentejas estofadas Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 700.33 Prot: 24.72 HC: 89.77 Lip: 24.37
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera Postre Lácteo y Pan				kcl: 697.55 Prot: 25.62 HC: 90.78 Lip: 21.35

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **22**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 685.69 Prot: 24.88 HC: 91.67 Lip: 21.94
9 Salteado de verduras Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pollo al limón Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 680.87 Prot: 25.03 HC: 86.98 Lip: 23.42
16 Guiso de patata Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 692.23 Prot: 26.45 HC: 88.72 Lip: 22.94
23 Salteado de verduras Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Crema de puerro Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 685.85 Prot: 23.31 HC: 89.71 Lip: 23.46
30 Acelgas con patata Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 693.00 Prot: 26.25 HC: 89.52 Lip: 21.12

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **23**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 692.62 Prot: 25.68 HC: 92.04 Lip: 22.19
9 Lentejas con arroz Merluza en salsa de zanahoria Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Ternera guisada Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 690.00 Prot: 24.82 HC: 87.92 Lip: 24.11
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Lomo al horno Fruta y Pan	kcl: 708.48 Prot: 26.02 HC: 89.14 Lip: 24.75
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Merluza al horno Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 691.32 Prot: 25.74 HC: 89.12 Lip: 23.25
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la Postre Lácteo y Pan				kcl: 698.91 Prot: 27.16 HC: 88.85 Lip: 21.67

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **24**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Pollo al limón Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 704.56 Prot: 24.68 HC: 92.02 Lip: 23.97
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Menestra de verduras Ternera guisada Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 686.87 Prot: 26.43 HC: 88.16 Lip: 22.94
16 Alubias estofadas Ternera guisada Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pechuga al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 706.93 Prot: 26.32 HC: 89.51 Lip: 24.27
23 Lentejas estofadas Pechuga al horno Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Menestra de verduras Pollo asado Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Ternera guisada Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Lomo al horno Fruta y Pan	kcl: 695.68 Prot: 25.31 HC: 89.02 Lip: 23.87
30 Guiso de alubias Pollo al limón Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 691.92 Prot: 27.15 HC: 88.35 Lip: 21.12

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **225**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Pollo al limón Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Lomo asado Fruta y Pan	kcl: 719.96 Prot: 25.49 HC: 93.26 Lip: 24.77
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pechuga al horno Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 690.13 Prot: 26.97 HC: 87.04 Lip: 23.56
16 Alubias estofadas Pechuga al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Magro con champiñones Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 722.20 Prot: 26.68 HC: 89.57 Lip: 25.78
23 Lentejas estofadas Lomo al horno Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 699.36 Prot: 26.37 HC: 88.79 Lip: 24.01
30 Guiso de alubias Lomo asado Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 711.83 Prot: 26.44 HC: 89.48 Lip: 23.19

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **26**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Sopa de verduras</p> <p>Guiso de patata</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Coliflor rehogada</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras</p> <p>Espinacas salteadas</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>Crema de patata y zanahoria</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Crema de brócoli</p> <p>Acelgas con patata</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Sopa de verduras</p> <p>Salteado de verduras</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Judías verdes con refrito</p> <p>Crema de puerro</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas</p> <p>Crema de patata, zanahoria y calabaza</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Huevos aurora</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Guiso de patata</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Espirales pomodoro</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Salteado de verduras</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de verduras</p> <p>Espinacas salteadas</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Acelgas con patata</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias</p> <p>Arroz cocido</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Macarrones pomodoro</p> <p>Coliflor rehogada</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>			

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **27**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Guiso de patata Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Coliflor rehogada Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Acelgas con patata Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Espinacas salteadas Fruta y Pan	kcl: 619.90 Prot: 12.46 HC: 120.10 Lip: 6.13
9 Lentejas con arroz Crema de patata y zanahoria Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Acelgas con patata Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Crema de patata, calabacín y calabaza Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Salteado de verduras Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Crema de puerro Fruta y Pan	kcl: 469.52 Prot: 14.27 HC: 78.20 Lip: 6.03
16 Alubias estofadas Crema de patata, zanahoria y calabaza Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Espinacas salteadas Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Crema de zanahoria Fruta y Pan	19 Crema de verduras Guiso de patata Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Salteado de verduras Fruta y Pan	kcl: 522.88 Prot: 14.31 HC: 89.94 Lip: 7.48
23 Lentejas estofadas Salteado de verduras Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Crema de puerro Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Menestra de verduras Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Espinacas salteadas Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Acelgas con patata Fruta y Pan	kcl: 470.70 Prot: 13.62 HC: 79.87 Lip: 6.84
30 Guiso de alubias Arroz cocido Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Coliflor rehogada Postre Lácteo y Pan				kcl: 526.64 Prot: 16.14 HC: 87.09 Lip: 8.10

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **28**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Pollo al limón Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 706.90 Prot: 24.95 HC: 91.12 Lip: 24.51
9 Acelgas rehogadas Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de patata, zanahoria y calabaza Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Lomo asado Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 687.30 Prot: 23.89 HC: 88.04 Lip: 24.17
16 Guiso de patata Ternera guisada Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de zanahoria Pechuga al horno Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 701.80 Prot: 26.57 HC: 90.16 Lip: 23.31
23 Crema de patata y zanahoria Lomo al horno Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Puré de patata Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 684.82 Prot: 23.58 HC: 87.45 Lip: 24.23
30 Acelgas con patata Pollo al limón Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan				kcl: 701.08 Prot: 25.62 HC: 91.03 Lip: 23.12

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **29**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Merluza en salsa vizcaína Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 688.33 Prot: 25.48 HC: 92.47 Lip: 21.96
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Puré de patata Ternera guisada Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pollo al limón Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 685.40 Prot: 25.84 HC: 88.36 Lip: 22.95
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Pollo asado Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Merluza en salsa vizcaína Fruta y Pan	kcl: 700.98 Prot: 26.32 HC: 89.17 Lip: 23.77
23 Lentejas estofadas Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	27 Puré de patata Merluza al horno Fruta y Pan	kcl: 696.50 Prot: 25.04 HC: 91.69 Lip: 22.83
30 Guiso de alubias Abadejo al horno Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 691.30 Prot: 26.86 HC: 89.70 Lip: 20.58

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **30**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 685.53 Prot: 24.78 HC: 90.47 Lip: 22.50
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Cazuela de pescado Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 688.26 Prot: 25.42 HC: 87.83 Lip: 23.69
16 Alubias estofadas Albóndigas de merluza y pota en salsa Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de calabaza Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla americana Fruta y Pan	kcl: 715.84 Prot: 25.88 HC: 89.05 Lip: 25.67
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 698.13 Prot: 23.96 HC: 90.33 Lip: 24.26
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera Postre Lácteo y Pan				kcl: 697.99 Prot: 25.27 HC: 91.05 Lip: 21.43

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **31**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 694.09 Prot: 24.64 HC: 91.85 Lip: 23.22
9 Guisantes rehogados Merluza en salsa de zanahoria Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Salmón al horno Fruta y Pan	kcl: 688.56 Prot: 24.96 HC: 88.23 Lip: 23.75
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	18 Guisantes rehogados Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Merluza encebollada Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 710.76 Prot: 25.94 HC: 86.81 Lip: 25.71
23 Guisantes rehogados Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Merluza al horno Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Merluza al horno Fruta y Pan	kcl: 692.33 Prot: 23.97 HC: 91.48 Lip: 23.10
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Salmón al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 700.26 Prot: 25.41 HC: 91.50 Lip: 23.42

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **32**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Guiso de patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	4 Puré de patata Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz cocido Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 681.47 Prot: 24.37 HC: 93.51 Lip: 20.88
9 Arroz cocido Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Acelgas con patata Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Puré de patata Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Salteado de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 683.88 Prot: 23.26 HC: 89.04 Lip: 23.15
16 Guiso de patata Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz cocido Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de zanahoria Abadejo al horno Fruta y Pan	19 Puré de patata Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 695.27 Prot: 25.74 HC: 90.10 Lip: 22.98
23 Salteado de verduras Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz blanco Pollo asado Fruta y Pan	26 Espinacas salteadas Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27 Puré de patata Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 678.32 Prot: 22.93 HC: 88.41 Lip: 23.37
30 Crema de patata, calabacín y calabaza Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo Lomo al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 679.72 Prot: 25.14 HC: 89.92 Lip: 19.96

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **33**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Pollo al limón Fruta y Pan	5 Arroz con verduras Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6 Puré de patata Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 707.25 Prot: 24.63 HC: 92.18 Lip: 24.22
9 Salteado de verduras Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 682.12 Prot: 23.45 HC: 88.31 Lip: 23.67
16 Guiso de patata Ternera guisada Fruta y Pan	17 Arroz con verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Pechuga al horno Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 701.38 Prot: 26.54 HC: 89.86 Lip: 23.41
23 Salteado de verduras Estofado de pavo Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo asado Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Ternera guisada Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 688.22 Prot: 24.20 HC: 88.31 Lip: 23.95
30 Acelgas con patata Lomo asado Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 700.82 Prot: 25.94 HC: 90.77 Lip: 23.06

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **34**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Guiso de patata Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 686.43 Prot: 24.42 HC: 93.71 Lip: 21.32
9 Acelgas rehogadas Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de patata, zanahoria y calabaza Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Salteado de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 682.77 Prot: 23.31 HC: 89.04 Lip: 23.48
16 Guiso de patata Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Pastel de salmón con salsa de tomate y Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 706.31 Prot: 26.09 HC: 90.17 Lip: 24.02
23 Salteado de verduras Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Espinacas salteadas Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 680.05 Prot: 23.12 HC: 88.27 Lip: 23.54
30 Acelgas con patata Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan				kcl: 683.74 Prot: 24.97 HC: 90.96 Lip: 20.02

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **35**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Sopa de verduras</p> <p>Cocido completo</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Abadejo en pepitoria</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Tortilla de atún</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 685.53</p> <p>Prot: 24.78</p> <p>HC: 90.47</p> <p>Lip: 22.50</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>Merluza al horno</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Crema de brócoli</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Sopa de verduras</p> <p>Cazuela de pescado</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Judías verdes con refrito</p> <p>Magro estofado en salsa agrdulce</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 681.23</p> <p>Prot: 23.88</p> <p>HC: 88.13</p> <p>Lip: 23.46</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas</p> <p>Albóndigas de merluza y pota en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Lomo con pimientos</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Magro con champiñones</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Espirales pomodoro</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 708.14</p> <p>Prot: 25.94</p> <p>HC: 89.45</p> <p>Lip: 24.61</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Filete de merluza en salsa verde</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Merluza al horno</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de verduras</p> <p>Cocido completo</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 691.93</p> <p>Prot: 23.64</p> <p>HC: 89.91</p> <p>Lip: 23.90</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias</p> <p>Empanada de atún</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Macarrones pomodoro</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>				<p>kcl: 704.04</p> <p>Prot: 25.86</p> <p>HC: 91.05</p> <p>Lip: 21.84</p>

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **36**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Lomo al horno Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Lomo asado Fruta y Pan	kcl: 723.34 Prot: 26.37 HC: 93.18 Lip: 24.79
9 Salteado de verduras Lomo al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Lomo al horno Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 722.91 Prot: 25.90 HC: 92.44 Lip: 25.28
16 Alubias estofadas Lomo asado Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de zanahoria Magro con champiñones Fruta y Pan	19 Crema de verduras Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Lomo al horno Fruta y Pan	kcl: 726.61 Prot: 25.88 HC: 90.63 Lip: 24.57
23 Salteado de verduras Estofado de pavo Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Lomo al horno Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Lomo al horno Fruta y Pan	kcl: 711.04 Prot: 26.87 HC: 89.46 Lip: 22.92
30 Guiso de alubias Lomo asado Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan				kcl: 716.49 Prot: 26.63 HC: 90.05 Lip: 23.37

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **37**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	4 Puré de patata Lomo al horno Fruta y Pan	5 Arroz cocido Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 702.70 Prot: 26.06 HC: 94.02 Lip: 22.27
9 Lentejas con arroz Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Puré de patata Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Crema de calabacín Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 704.90 Prot: 25.86 HC: 90.61 Lip: 23.49
16 Guiso de patata Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz cocido Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Abadejo al horno Fruta y Pan	19 Puré de patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 698.58 Prot: 25.74 HC: 91.40 Lip: 22.77
23 Lentejas estofadas Estofado de pavo Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Lomo al horno Fruta y Pan	26 Espinacas salteadas Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 695.26 Prot: 23.47 HC: 92.51 Lip: 23.19
30 Acelgas con patata Abadejo al horno Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Lomo al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 703.83 Prot: 26.13 HC: 91.84 Lip: 21.03

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **38**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Guiso de patata Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 692.39 Prot: 25.33 HC: 92.94 Lip: 21.92
9 Lentejas con arroz Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pollo al limón Fruta y Pan	12 Salteado de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 695.68 Prot: 25.86 HC: 91.72 Lip: 22.59
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 706.20 Prot: 26.01 HC: 87.68 Lip: 25.15
23 Lentejas estofadas Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 697.66 Prot: 25.27 HC: 88.79 Lip: 24.31
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 687.01 Prot: 24.42 HC: 89.56 Lip: 21.25

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **39**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Sopa de pasta</p> <p>Cocido completo</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Crema de zanahoria</p> <p>Pollo al limón</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Tortilla de atún</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 698.14</p> <p>Prot: 24.61</p> <p>HC: 94.67</p> <p>Lip: 22.11</p>
<p>9</p> <p>Lentejas con arroz</p> <p>Pollo al chilindrón</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Crema de brócoli</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Sopa de puchero andaluz</p> <p>Merluza en salsa de zanahoria</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Judías verdes con refrito</p> <p>Magro estofado en salsa agrdulce</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 700.25</p> <p>Prot: 23.82</p> <p>HC: 90.75</p> <p>Lip: 23.96</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas</p> <p>Merluza al horno</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Lomo con pimientos</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras</p> <p>Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Crema de verduras</p> <p>Salchichas al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Espirales pomodoro</p> <p>Tortilla americana</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 694.67</p> <p>Prot: 25.95</p> <p>HC: 89.83</p> <p>Lip: 22.94</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Merluza encebollada</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate</p> <p>Pollo a la barbacoa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de cocido</p> <p>Cocido completo</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>kcl: 694.19</p> <p>Prot: 22.41</p> <p>HC: 91.12</p> <p>Lip: 24.16</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias</p> <p>Empanada de atún</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Macarrones pomodoro</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>				<p>kcl: 701.49</p> <p>Prot: 24.87</p> <p>HC: 95.34</p> <p>Lip: 20.09</p>

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **40**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Pollo al limón Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 687.99 Prot: 24.97 HC: 92.83 Lip: 21.64
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Ternera guisada Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 694.31 Prot: 25.03 HC: 88.72 Lip: 24.14
16 Guiso de patata Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 701.58 Prot: 25.26 HC: 90.47 Lip: 23.73
23 Lentejas estofadas Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 708.43 Prot: 25.64 HC: 90.91 Lip: 24.40
30 Acelgas con patata Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera Postre Lácteo y Pan				kcl: 697.99 Prot: 26.82 HC: 89.23 Lip: 21.55

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **41**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Lomo al horno Fruta y Pan	5 Arroz con verduras Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 706.97 Prot: 24.95 HC: 91.34 Lip: 24.42
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 685.40 Prot: 23.02 HC: 89.11 Lip: 23.87
16 Alubias estofadas Ternera guisada Fruta y Pan	17 Arroz con verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pechuga al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 697.60 Prot: 26.43 HC: 90.06 Lip: 22.95
23 Lentejas estofadas Estofado de pavo Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo asado Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 690.23 Prot: 23.94 HC: 88.69 Lip: 24.12
30 Guiso de alubias Lomo asado Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 700.82 Prot: 25.94 HC: 90.77 Lip: 23.06

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **42**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Guiso de patata Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Acelgas con jamón Rabas a la andaluza Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Revuelto de bacalao Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan	kcl: 754.0 Prot: 31.2 HC: 85.6 Lip: 27.7
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Acelgas con patata Butifarra asada con patatas Postre Lácteo y Pan	11 Arroz de carne Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Salteado de verduras Cazuela de pescado Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 788.9 Prot: 28.5 HC: 99.4 Lip: 27.1
16 Alubias estofadas Rodaja de merluza Fruta y Pan	17 Espinacas a la crema Escalopa casera de lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Palometa en salsa americana Fruta y Pan	19 Borraja con patatas Salchichas con pimientos Postre Lácteo y Pan	20 Salteado de verduras Revuelto de gambas Fruta y Pan	kcl: 792.5 Prot: 29.6 HC: 101.3 Lip: 26.8
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz de carne Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Espinacas salteadas Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Acelgas con patata Hamburguesa encebollada Fruta y Pan	kcl: 788.1 Prot: 28.2 HC: 97.1 Lip: 27.4
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Espirales carbonara Ragout de ternera Postre Lácteo y Pan				kcl: 795.6 Prot: 30.2 HC: 98.5 Lip: 26.9

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **43**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
2	FESTIVO	3	Arroz cocido Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	4	Puré de patata Lomo al horno Fruta y Pan	5	Arroz cocido Pollo al limón Postre Lácteo y Pan	6	Puré de patata Abadejo al horno Fruta y Pan
9	Puré de patata Pechuga al horno Fruta y Pan	10	Pasta sin gluten ni huevo Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	11	Arroz blanco Abadejo al horno Fruta y Pan	12	Pasta sin gluten ni huevo Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13	Arroz cocido Pechuga al horno Fruta y Pan
16	Pasta sin gluten ni huevo Merluza al horno Fruta y Pan	17	Puré de patata Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	18	Pasta sin gluten ni huevo Abadejo al horno Fruta y Pan	19	Acelgas con patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20	Pasta sin gluten ni huevo Lomo al horno Fruta y Pan
23	Arroz cocido Lomo al horno Fruta y Pan	24	Puré de patata Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	25	Acelgas con patata Pollo asado Fruta y Pan	26	Puré de patata Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27	Arroz cocido Pechuga al horno Fruta y Pan
30	Acelgas con patata Abadejo al horno Fruta y Pan	31	Macarrones sin gluten ni huevo Lomo al horno Postre Lácteo y Pan						

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **44**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

2 FESTIVO	3 Guiso de patata Crema de patata, calabacín y calabaza Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Coliflor rehogada Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Crema de patata, espinacas y zanahoria Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Puré de patata Fruta y Pan
9 Puré de patata Salteado de verduras Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Acelgas con patata Postre Lácteo y Pan	11 Menestra de verduras Puré de patata Fruta y Pan	12 Crema de calabacín Salteado de verduras Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Crema de puerro Fruta y Pan
16 Guiso de patata Crema de patata, judía verde y calabacín Fruta y Pan	17 Espinacas salteadas Puré de patata Postre Lácteo y Pan	18 Crema de zanahoria Coliflor rehogada Fruta y Pan	19 Crema de verduras Acelgas con patata Postre Lácteo y Pan	20 Salteado de verduras Puré de patata Fruta y Pan
23 Salteado de verduras Crema de patata y zanahoria Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Crema de puerro Postre Lácteo y Pan	25 Puré de patata Menestra de verduras Fruta y Pan	26 Espinacas salteadas Puré de patata Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Acelgas con patata Fruta y Pan
30 Acelgas con patata Crema de patata, calabacín y calabaza Fruta y Pan	31 Coliflor rehogada Puré de patata Postre Lácteo y Pan			

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **45**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Puré de patata Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 683.28 Prot: 25.16 HC: 93.27 Lip: 21.21
9 Salteado de verduras Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Espinacas salteadas Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Crema de calabacín Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 684.79 Prot: 23.67 HC: 88.20 Lip: 23.89
16 Guiso de patata Merluza al horno Fruta y Pan	17 Espinacas salteadas Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Pastel de salmón con salsa de tomate y Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 689.78 Prot: 26.78 HC: 85.79 Lip: 23.01
23 Salteado de verduras Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Puré de patata Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan	kcl: 680.37 Prot: 22.69 HC: 88.47 Lip: 23.65
30 Acelgas con patata Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan				kcl: 688.94 Prot: 24.87 HC: 90.02 Lip: 21.06

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **46**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

2 FESTIVO	3 Crema de patata, calabacín y calabaza Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Varitas de merluza Fruta y Pan	5 Arroz cocido (añadir tomate en el centro) Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas en salsa española (no servir las verduras de la salsa) Fruta y Pan
9 Lentejas con arroz San marino Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Hamburguesa mixta en salsa (no servir las verduras de la salsa) Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Crema de calabacín Nuggets de pescado Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Pechuga de pollo rebozada Fruta y Pan
16 Alubias estofadas Merluza empanada Fruta y Pan	17 Arroz cocido (añadir tomate en el centro) Pechuga de pollo rebozada Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Rodaja de merluza Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan
23 Lentejas estofadas Nuggets de pescado Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate San marino Fruta y Pan	26 Puré de patata Pechuga de pollo rebozada Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Hamburguesa mixta en salsa (no servir las verduras de la salsa) Fruta y Pan
30 Guiso de alubias Salchichas al horno Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas a la jardinera (no servir las verduras de la salsa) Postre Lácteo y Pan			

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE  Earamark

MES: **May-22**

MENÚ: **47**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Espinacas con pasas</p> <p>Pechuga al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Ensalada</p> <p>Abadejo en pepitoria</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Acelgas rehogadas</p> <p>Estofado de pavo</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras sin patata</p> <p>Lomo asado</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>9</p> <p>Lentejas a la campesina sin patata</p> <p>Pechuga al horno</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Ensalada</p> <p>Lomo encebollado</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Lomo al horno</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Brócoli rehogado</p> <p>Merluza al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Ensalada</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas sin patata</p> <p>Merluza al horno</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Espinacas salteadas</p> <p>Lomo con pimientos</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras sin patata</p> <p>Abadejo ajoarriero</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Ensalada</p> <p>Pechuga al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Salteado de verduras</p> <p>Estofado de pavo</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas sin patata</p> <p>Merluza encebollada</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Ensalada</p> <p>Lomo al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Menestra de verduras</p> <p>Pollo asado</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Repollo</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Espinacas con pasas</p> <p>Pechuga al horno</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias sin patata</p> <p>Abadejo en pepitoria</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Brócoli rehogado</p> <p>Pechuga al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>			

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **48**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Crema de patata, calabacín y calabaza Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Lomo al horno Fruta y Pan	5 Arroz cocido Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 696.28 Prot: 25.61 HC: 93.18 Lip: 22.13
9 Puré de patata Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pollo al limón Fruta y Pan	12 Crema de calabacín Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 688.35 Prot: 26.02 HC: 89.22 Lip: 22.34
16 Crema de patata, judía verde y calabacín Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz cocido Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	18 Coliflor rehogada Abadejo al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 703.08 Prot: 26.19 HC: 91.31 Lip: 23.11
23 Crema de patata y zanahoria Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo asado Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Lomo al horno Fruta y Pan	kcl: 692.24 Prot: 23.84 HC: 90.71 Lip: 23.49
30 Acelgas con patata Abadejo al horno Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 696.65 Prot: 25.87 HC: 91.16 Lip: 20.65

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **49**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Guiso de patata Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Espinacas salteadas Pollo asado Fruta y Pan	5 Arroz con verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Lomo asado Fruta y Pan	kcl: 705.86 Prot: 24.72 HC: 91.54 Lip: 24.31
9 Acelgas rehogadas Lomo al horno Fruta y Pan	10 Crema de patata, zanahoria y calabaza Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Puré de patata Ternera guisada Fruta y Pan	12 Salteado de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 689.15 Prot: 25.60 HC: 88.12 Lip: 23.58
16 Guiso de patata Ternera guisada Fruta y Pan	17 Espinacas salteadas Pollo asado Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Magro con champiñones Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Pechuga al horho Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo Lomo al horno Fruta y Pan	kcl: 695.58 Prot: 26.85 HC: 89.27 Lip: 22.89
23 Salteado de verduras Estofado de pavo Fruta y Pan	24 Crema de puerro Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz cocido Pollo asado Fruta y Pan	26 Espinacas salteadas Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Puré de patata Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 685.41 Prot: 24.69 HC: 87.95 Lip: 23.58
30 Acelgas con patata Lomo asado Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 694.48 Prot: 26.03 HC: 89.32 Lip: 22.96

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE  Earamark

MES: **May-22**

MENÚ: **50**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Puré de patata Pollo al limón Fruta y Pan	5 Crema de patata, espinacas y zanahoria Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Puré de patata Lomo asado Fruta y Pan
9 Crema de patata y zanahoria Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	11 Crema de patata, calabacín y calabaza Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Crema de calabacín Lomo asado Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Pechuga de pollo rebozada Fruta y Pan
16 Crema de patata, judía verde y calabacín Lomo asado Fruta y Pan	17 Puré de patata Pechuga de pollo rebozada Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Pechuga al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla americana Fruta y Pan
23 Crema de patata y zanahoria Lomo al horno Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	25 Puré de patata Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Puré de patata Pechuga al horno Fruta y Pan
30 Crema de patata, calabacín y calabaza Salchichas al horno Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan			

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **51**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Merluza en salsa vizcaína Postre Lácteo y Pan	6 Espinacas salteadas Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 685.55 Prot: 24.65 HC: 89.57 Lip: 22.96
9 Salteado de verduras Merluza en salsa de zanahoria Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Abadejo al horno Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 693.66 Prot: 25.02 HC: 88.86 Lip: 24.01
16 Guiso de patata Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Merluza encebollada Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Merluza en salsa vizcaína Fruta y Pan	kcl: 688.41 Prot: 24.61 HC: 87.53 Lip: 23.48
23 Salteado de verduras Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Crema de puerro Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Merluza al horno Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Merluza al horno Fruta y Pan	kcl: 683.06 Prot: 23.84 HC: 91.16 Lip: 22.27
30 Acelgas con patata Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 689.19 Prot: 25.17 HC: 89.85 Lip: 23.03

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **52**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 555.15 Prot: 19.46 HC: 72.15 Lip: 19.01
9 Lentejas con arroz Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	11 Menestra de verduras Pollo al limón Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 562.28 Prot: 20.02 HC: 70.84 Lip: 20.13
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Espinacas salteadas Pollo asado Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Crema de verduras Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 564.08 Prot: 20.14 HC: 69.61 Lip: 20.56
23 Lentejas estofadas Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	25 Menestra de verduras Pollo asado Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 557.80 Prot: 19.27 HC: 72.41 Lip: 19.22
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 571.07 Prot: 20.09 HC: 72.84 Lip: 20.21

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE  Earamark

MES: **May-22**

MENÚ: **53**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

2 FESTIVO	3 Sopa de pasta Cocido completo Postre Lácteo y Pan	4 Pasta sin gluten ni huevo Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Pasta sin gluten ni huevo Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y Pan
9 Arroz cocido Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Pasta sin gluten ni huevo Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de puchero andaluz Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Arroz cocido Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan
16 Pasta sin gluten ni huevo Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Pasta sin gluten ni huevo Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Arroz cocido Salchichas al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla americana Fruta y Pan
23 Arroz cocido Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Pasta sin gluten ni huevo Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de cocido Cocido completo Postre Lácteo y Pan	27 Arroz cocido Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Fruta y Pan
30 Arroz cocido Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera Postre Lácteo y Pan			

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **54**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	4 Espinacas salteadas Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 689.29 Prot: 24.85 HC: 89.18 Lip: 23.46
9 Salteado de verduras Merluza al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	11 Menestra de verduras Tortilla de patata Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Salmón al horno Fruta y Pan	kcl: 696.45 Prot: 25.07 HC: 88.36 Lip: 24.52
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Espinacas salteadas Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma con guarnición de patatas Fruta y Pan	19 Crema de verduras Merluza encebollada Postre Lácteo y Pan	20 Espirales pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 689.92 Prot: 24.85 HC: 86.79 Lip: 23.87
23 Lentejas estofadas Filete de merluza en salsa verde Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Menestra de verduras Merluza al horno Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Merluza al horno Fruta y Pan	kcl: 687.05 Prot: 24.41 HC: 90.62 Lip: 22.70
30 Guiso de alubias Empanada de atún Fruta y Pan	31 Macarrones pomodoro Salmón al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 692.63 Prot: 26.12 HC: 89.04 Lip: 23.35

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **55**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Arroz cocido Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	4 Pasta sin gluten ni huevo Pollo al limón Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Puré de patata Lomo asado Fruta y Pan	kcl: 694.83 Prot: 25.16 HC: 95.88 Lip: 20.96
9 Arroz cocido Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Puré de patata Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Lomo al horno Fruta y Pan	12 Pasta sin gluten ni huevo Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Crema de puerro Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 698.66 Prot: 23.43 HC: 93.15 Lip: 22.89
16 Crema de patata, judía verde y calabacín Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz cocido Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	18 Coliflor rehogada Abadejo al horno Fruta y Pan	19 Acelgas con patata Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 714.63 Prot: 24.81 HC: 97.04 Lip: 22.46
23 Arroz cocido Lomo al horno Fruta y Pan	24 Crema de puerro Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo asado Fruta y Pan	26 Puré de patata Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 696.81 Prot: 23.59 HC: 94.06 Lip: 22.62
30 Acelgas con patata Abadejo al horno Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 706.53 Prot: 24.32 HC: 96.17 Lip: 20.21

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **56**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Magro con champiñones Fruta y Pan	kcl: 679.07 Prot: 24.82 HC: 93.36 Lip: 20.48
9 Salteado de verduras Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	11 Arroz blanco Lomo al horno Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 684.95 Prot: 23.57 HC: 88.84 Lip: 23.22
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz cocido Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Crema de zanahoria Abadejo al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 691.10 Prot: 25.11 HC: 90.25 Lip: 22.73
23 Salteado de verduras Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	25 Arroz blanco Pollo asado Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 685.46 Prot: 23.31 HC: 89.14 Lip: 23.67
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 680.84 Prot: 25.14 HC: 89.76 Lip: 19.84

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **57**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Triturado de lentejas, pollo, patata, calabacín y zanahoria</p> <p>Kcal: 318,9      Lip (g): 9                      HC (g) : 33,9      Prot (g): 26,8                      Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Triturado de huevo, patata, judía verde, zanahoria y calabacín</p> <p>HC (g) : 24,9      Prot (g): 11,7                      Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín</p> <p>HC (g) : 20,1      Prot (g): 12,9                      Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Triturado de pescado, patata y zanahoria</p> <p>Kcal: 221,1      Lip (g): 6,3                      HC (g) : 27,3      Prot (g): 11,4                      Fruta y Pan</p>
<p>9</p> <p>Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín</p> <p>Kcal: 228      Lip (g): 9,6                      HC (g) : 20,1      Prot (g): 12,9                      Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Triturado de pescado, patata y zanahoria</p> <p>Kcal: 221,1      Lip (g): 6,3                      HC (g) : 27,3      Prot (g): 11,4                      Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro</p> <p>HC (g) : 18,9      Prot (g): 15,3                      Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Triturado de alubias, pescado, patata y judía verde</p> <p>Kcal: 321      Lip (g): 6                      HC (g) : 36,6      Prot (g): 22,2                      Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Triturado de huevo, patata, judía verde, zanahoria y calabacín</p> <p>Kcal: 258,9      Lip (g): 11,7                      HC (g) : 24,9      Prot (g): 11,7                      Fruta y Pan</p>
<p>16</p> <p>Triturado de lentejas, pollo, patata, calabacín y zanahoria</p> <p>Kcal: 318,9      Lip (g): 9                      HC (g) : 33,9      Prot (g): 26,8                      Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín</p> <p>HC (g) : 20,1      Prot (g): 12,9                      Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Triturado de pescado, patata y zanahoria</p> <p>Kcal: 221,1      Lip (g): 6,3                      HC (g) : 27,3      Prot (g): 11,4                      Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro</p> <p>HC (g) : 18,9      Prot (g): 15,3                      Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Triturado de pescado, patata y zanahoria</p> <p>HC (g) : 27,3      Prot (g): 11,4                      Fruta y Pan</p>
<p>23</p> <p>Triturado de huevo, patata, judía verde, zanahoria y calabacín</p> <p>Kcal: 258,9      Lip (g): 11,7                      HC (g) : 24,9      Prot (g): 11,7                      Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Triturado de pescado, patata y zanahoria</p> <p>HC (g) : 27,3      Prot (g): 11,4                      Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Triturado de lentejas, pollo, patata, calabacín y zanahoria</p> <p>Kcal: 318,9      Lip (g): 9                      HC (g) : 33,9      Prot (g): 26,8                      Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Triturado de pollo, patata, judía verde y calabacín</p> <p>Kcal: 228      Lip (g): 9,6                      HC (g) : 20,1      Prot (g): 12,9                      Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro</p> <p>Kcal: 339,9      Lip (g): 21,9                      HC (g) : 18,9      Prot (g): 15,3                      Fruta y Pan</p>
<p>30</p> <p>Triturado de ternera, patata, judía verde y puerro</p> <p>Kcal: 339,9      Lip (g): 21,9                      HC (g) : 18,9      Prot (g): 15,3                      Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Triturado de alubias, pescado, patata y judía verde</p> <p>Kcal: 321      Lip (g): 6                      HC (g) : 36,6      Prot (g): 22,2                      Postre Lácteo y Pan</p>			

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **58**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Crema de patata, calabacín y calabaza Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Acelgas con patata Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Lomo asado Fruta y Pan	kcl: 680.22 Prot: 24.96 HC: 91.75 Lip: 21.27
9 Guisantes rehogados Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Menestra de verduras Pollo al limón Fruta y Pan	12 Crema de calabacín Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Abadejo al horno Fruta y Pan	kcl: 684.32 Prot: 26.11 HC: 86.93 Lip: 22.87
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Espinacas salteadas Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Guisantes rehogados Abadejo al horno Fruta y Pan	19 Crema de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Salteado de verduras Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 680.81 Prot: 25.75 HC: 88.14 Lip: 22.24
23 Guisantes rehogados Merluza encebollada Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Menestra de verduras Pollo asado Fruta y Pan	26 Espinacas salteadas Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Lomo al horno Fruta y Pan	kcl: 684.25 Prot: 23.26 HC: 89.63 Lip: 23.34
30 Guiso de alubias Abadejo al horno Fruta y Pan	31 Coliflor rehogada Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 681.57 Prot: 26.08 HC: 87.72 Lip: 20.41

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

MES: **May-22**

MENÚ: **59**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

2 FESTIVO	3 Arroz cocido Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Pasta sin gluten ni huevo Lomo al horno Fruta y Pan	5 Arroz cocido Merluza al horno Postre Lácteo y Pan	6 Pasta sin gluten ni huevo Pollo asado Fruta y Pan
9 Arroz cocido Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Pasta sin gluten ni huevo Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	11 Arroz blanco Abadejo al horno Fruta y Pan	12 Pasta sin gluten ni huevo Lomo asado Postre Lácteo y Pan	13 Arroz cocido Salmón al horno Fruta y Pan
16 Pasta sin gluten ni huevo Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz cocido Pollo asado Postre Lácteo y Pan	18 Pasta sin gluten ni huevo Abadejo al horno Fruta y Pan	19 Arroz cocido Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo Lomo al horno Fruta y Pan
23 Arroz cocido Lomo al horno Fruta y Pan	24 Pasta sin gluten ni huevo Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	25 Arroz blanco Pollo asado Fruta y Pan	26 Pasta sin gluten ni huevo Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Arroz cocido Pechuga al horno Fruta y Pan
30 Arroz cocido Abadejo al horno Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo Salmón al horno Postre Lácteo y Pan			

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **60**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Pollo al limón Fruta y Pan	5 Arroz caldoso de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Lomo asado Fruta y Pan	kcl: 719.96 Prot: 25.49 HC: 93.26 Lip: 24.77
9 Lentejas con arroz Pollo al chilindrón Fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pechuga al horno Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Estofado de pavo Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agrdulce Fruta y Pan	kcl: 690.13 Prot: 26.97 HC: 87.04 Lip: 23.56
16 Alubias estofadas Pechuga al horno Fruta y Pan	17 Arroz caldoso de verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Lentejas guisadas con verduras Magro con champiñones Fruta y Pan	19 Crema de verduras Lomo en salsa casera Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Estofado de pavo Fruta y Pan	kcl: 718.33 Prot: 26.76 HC: 90.12 Lip: 25.07
23 Lentejas estofadas Lomo al horno Fruta y Pan	24 Verdura tricolor Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo a la barbacoa Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Lomo al pimentón Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 706.48 Prot: 26.49 HC: 88.56 Lip: 24.85
30 Guiso de alubias Lomo asado Fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 711.83 Prot: 26.44 HC: 89.48 Lip: 23.19

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **61**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Crema de patata, calabacín y calabaza Lomo con pimentón Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Crema de patata, espinacas y zanahoria Tortilla de atún Postre Lácteo y Pan	6 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Pollo asado Fruta y Pan	kcl: 696.28 Prot: 25.02 HC: 92.85 Lip: 22.53
9 Crema de patata y zanahoria Pechuga al horno Fruta y Pan	10 Crema de patata, zanahoria y calabaza Tortilla francesa Postre Lácteo y Pan	11 Crema de patata, calabacín y calabaza Abadejo al horno Fruta y Pan	12 Pasta sin gluten ni huevo Lomo asado Postre Lácteo y Pan	13 Puré de patata Merluza al horno Fruta y Pan	kcl: 687.08 Prot: 23.24 HC: 89.76 Lip: 23.67
16 Crema de patata, zanahoria y calabaza Merluza al horno Fruta y Pan	17 Puré de patata Pollo asado Postre Lácteo y Pan	18 Crema de patata, calabaza, calabacín y zanahoria Abadejo al horno Fruta y Pan	19 Crema de calabaza Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	20 Espirales cocidos Tortilla francesa Fruta y Pan	kcl: 700.90 Prot: 26.08 HC: 90.11 Lip: 23.45
23 Crema de patata y zanahoria Lomo al horno Fruta y Pan	24 Pasta sin gluten ni huevo Tortilla de calabacín Postre Lácteo y Pan	25 Puré de patata Pollo asado Fruta y Pan	26 Crema de patata, espinacas y zanahoria Abadejo en pepitoria Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 670.51 Prot: 22.24 HC: 87.53 Lip: 23.20
30 Crema de patata, calabacín y calabaza Abadejo al horno Fruta y Pan	31 Macarrones cocidos Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 686.46 Prot: 24.51 HC: 90.48 Lip: 20.74

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **62**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 FESTIVO	3 Sopa de verduras Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan	4 Crema de zanahoria Abadejo en pepitoria Fruta y Pan	5 Arroz con verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	6 Guiso de alubias con verduras Lomo asado Fruta y Pan	kcl: 690.22 Prot: 25.93 HC: 91.84 Lip: 21.99
9 Guisantes rehogados Pollo al chilindrón fruta y Pan	10 Crema de brócoli Lomo encebollado Postre Lácteo y Pan	11 Arroz con tomate Pechuga al horno Fruta y Pan	12 Sopa de verduras Merluza en salsa de zanahoria Postre Lácteo y Pan	13 Judías verdes con refrito Magro estofado en salsa agridulce Fruta y Pan	kcl: 694.38 Prot: 25.26 HC: 90.78 Lip: 23.13
16 Alubias estofadas Merluza al horno Fruta y Pan	17 Arroz con verduras Lomo con pimientos Postre Lácteo y Pan	18 Guisantes rehogados Abadejo ajoarriero Fruta y Pan	19 Crema de verduras Magro con champiñones Postre Lácteo y Pan	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Lomo al horno Fruta y Pan	kcl: 698.40 Prot: 24.85 HC: 89.32 Lip: 24.07
23 Guisantes rehogados Merluza encebollada fruta y Pan	24 Verdura tricolor Lomo al horno Postre Lácteo y Pan	25 Arroz con tomate Pollo asado Fruta y Pan	26 Sopa de verduras Abadejo al horno Postre Lácteo y Pan	27 Crema de calabacín Pechuga al horno Fruta y Pan	kcl: 686.87 Prot: 24.93 HC: 88.74 Lip: 23.12
30 Guiso de alubias Abadejo en pepitoria fruta y Pan	31 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Postre Lácteo y Pan				kcl: 685.25 Prot: 24.36 HC: 89.81 Lip: 20.97

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

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **63**

**Lunes**

**Martes**

**Miércoles**

**Jueves**

**Viernes**

FESTIVO

Sopa de verduras (pasta 75 gr)

Merluza al horno

Postre Lácteo y Pan

Crema de zanahoria (274 gr)

Varitas de merluza

Fruta y Pan

Arroz caldoso de verduras (arroz 45 gr)

Tortilla de atún

Postre Lácteo y Pan

Guiso de alubias con verduras (alubia 75 gr)

Albóndigas de merluza y pota a la griega

Fruta y Pan

Arroz cocido (45 gr)

Merluza en salsa de zanahoria

1º dieta 11

Fruta y Pan

Crema de brócoli (255 gr)

Tiras de mar en salsa americana

Postre Lácteo y Pan

Arroz con tomate (arroz 45 gr)

Tortilla francesa

2º dieta 11

Fruta y Pan

Sopa de verduras (pasta 75 gr)

Merluza al horno

2º dieta 11

Postre Lácteo y Pan

Judías verdes con refrito (patata 90 gr)

Salmón al horno

Fruta y Pan

Alubias estofadas (alubia 75 gr)  
Albóndigas de merluza y pota en salsa

Fruta y Pan

Arroz caldoso de verduras (arroz 45 gr)  
Huevos aurora

Postre Lácteo y Pan

Lentejas guisadas con verduras (lenteja 75 gr)  
Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma **SIN** guarnición de patatas

Fruta y Pan

Crema de verduras (277 gr)  
Merluza encebollada

Postre Lácteo y Pan

Espirales pomodoro (espirales 75 gr)  
Tortilla francesa

Fruta y Pan

Lentejas estofadas (lenteja 75 gr)  
Filete de merluza en salsa verde

Fruta y Pan

Verdura tricolor (patata 90 gr)  
Tortilla francesa

2º dieta 11

Postre Lácteo y Pan

Arroz con tomate (arroz 45 gr)  
Merluza al horno

Fruta y Pan

Sopa de verduras (pasta 75 gr)  
Salmón al horno

Postre Lácteo y Pan

Crema de calabacín (255 gr)  
Tiras de mar en salsa americana

Fruta y Pan

Guiso de alubias (alubia 75 gr)  
Abadejo al horno

2º dieta 11

Fruta y Pan

Macarrones pomodoro (macarrón 75 gr)  
Salmón al horno  
Postre Lácteo y Pan

**VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES**

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **May-22**

MENÚ: **64**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>2</p> <p>FESTIVO</p>	<p>3</p> <p>Sopa de pasta (pasta 25 gr)</p> <p>Cocido completo (garbanzo 25 gr + patata 25 gr)</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>4</p> <p>Crema de zanahoria (160 gr)</p> <p>Varitas de merluza</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>5</p> <p>Arroz caldoso de verduras (arroz 57 gr)</p> <p>Tortilla de atún</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>6</p> <p>Guiso de alubias con verduras (alubia 75 gr)</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>9</p> <p>Arroz cocido (57 gr)</p> <p>Pollo al chilindrón</p> <p>1º dieta 11</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>10</p> <p>Crema de brócoli (200 gr)</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>11</p> <p>Arroz con tomate (arroz 57 gr)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>2º dieta 11</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>12</p> <p>Sopa de puchero andaluz (pasta 75 gr sin garbanzos)</p> <p>Merluza al horno</p> <p>2º dieta 11</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>13</p> <p>Judías verdes con refrito (patata 75 gr)</p> <p>Magro estofado en salsa agridulce</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>16</p> <p>Alubias estofadas (alubia 75 gr)</p> <p>Albóndigas de merluza y pota en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>17</p> <p>Arroz caldoso de verduras (arroz 57 gr)</p> <p>Pechuga de pollo rebozada</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>18</p> <p>Lentejas guisadas con verduras (lenteja 75 gr)</p> <p>Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma <b>SIN</b> guarnición de patatas</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>19</p> <p>Crema de verduras (160 gr)</p> <p>Salchichas al horno</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>20</p> <p>Espirales pomodoro (espirales 75 gr)</p> <p>Tortilla americana</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas (lenteja 75 gr)</p> <p>Filete de merluza en salsa verde</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>24</p> <p>Verdura tricolor (patata 75 gr)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>2º dieta 11</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>25</p> <p>Arroz con tomate (arroz 57 gr)</p> <p>Pollo a la barbacoa</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>26</p> <p>Sopa de cocido (pasta 25 gr)</p> <p>Cocido completo (garbanzo 25 gr + patata 25 gr)</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>	<p>27</p> <p>Crema de calabacín (150 gr)</p> <p>Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa</p> <p>Fruta y Pan</p>
<p>30</p> <p>Guiso de alubias (alubia 75 gr)</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>2º dieta 11</p> <p>Fruta y Pan</p>	<p>31</p> <p>Macarrones pomodoro (macarrón 75 gr)</p> <p>Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) a la jardinera</p> <p>Postre Lácteo y Pan</p>			

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