

MES: septiembre-26

MENÚ: BASAL CASTILLA Y LEÓN

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

7	8	9 Sopa maravilla con verduras Pollo al chilindrón Pan y Yogurt Natural	10 Lentejas a la campesina Tortilla de atún con ensalada Pan Integral y Fruta	11 Verdura tricolor Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana Pan y Fruta
14 Judías verdes con refrito Guiso de garbanzos con arroz integral Pan Integral y Fruta	15 Crema de zanahoria eco Magro guisado con verduras Pan y Fruta	16 Espirales en salsa napolitana Tortilla de queso con ensalada Pan y Yogurt Natural	17 Alubias estofadas Filete de abadejo en salsa Pan Integral y Fruta	18 Arroz caldoso de verduras Revuelto de york con ensalada Pan y Fruta
21 Lentejas estofadas Salmón con salsa pomodoro Pan Integral y Fruta	22 Menestra salteada Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana Pan y Fruta	23 Crema de calabacín Pollo en salsa Pan y Yogurt Natural	24 Potaje de garbanzos Tortilla de patata con ensalada Pan Integral y Fruta	25 Arroz con tomate Filete de merluza en salsa verde Pan y Fruta
28 Pastel de patata con verduras Guiso de alubias Pan Integral y Fruta	29 Arroz caldoso de verduras Revuelto de atún con ensalada Pan y Fruta	30 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Pan y Yogurt Natural		"Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración".

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES