

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: abril-25		MENU: BASAL ARAGÓN										
Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes				
	1	Macarrones integrales eco con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Filete de abadejo en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan integral		2	Crema de verduras Pollo al chilindrón (patata,tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Fruta y pan		3	Potaje de garbanzos Filete de merluza en salsa marinera (tomate, cebolla, ajo y especias) Ensalada de lechuga Yogur y pan integral		4	Verdura tricolor Magro a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y Fruta y pan	
7	8	Guiso de alubias Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan integral		9	Menestra salteada Pavo guisado con verduras (patata, cebolla, zanahoria, tomate) Fruta y pan		10	Lentejas eco a la campesina Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan integral		11	Arroz con tomate Empanada de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan	
14	15	SEMANA SANTA		16	SEMANA SANTA		17	SEMANA SANTA		18	SEMANA SANTA	
21	22	Judías verdes con refrito Magro a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y Fruta y pan integral		23	FESTIVO		24	Sopa de cocido Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan integral		25	Arroz eco caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) Fruta y pan	
28	29	Sopa maravilla con verduras Salmón al horno con salsa pomodoro Ensalada de lechuga Fruta y pan integral		30	Lentejas a la jardinera Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan							

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES