

MENÚ TRANSICIÓN (0-1) JULIO 2023 SIN HUEVO

*TODA LA MATERIA PRIMA USADA EN ESTE MENÚ NO CONTIENE HUEVO NI TRAZAS DEL MISMO.

LUNES 3 PURÉ DE VERDURAS LOMO DE CERDO c/zanahoria LÁCTEO,PAN/AGUA	MARTES 4 PURE DE CALABACÍN Y BONIATO POLLO AL HORNO c/ensalada de garbanzos y cebolla FRUTA, PAN/AGUA	MIÉRCOLES 5 PURÉ DE VERDURAS (de temporada) MERLUZA HORNO ENCEBOLLADA LÁCTEO,PAN/AGUA	JUEVES 6 PURÉ DE VERDURAS LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y MIJO FRUTA, PAN/AGUA	VIERNES 7 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO C/ensalada de lechuga y tomate LÁCTEO,PAN/AGUA
LUNES 12 PURÉ DE VERDURAS FILETE DE PAVO CON ESPINACAS LÁCTEO,PAN/AGUA	MARTES 11 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA EN SALSA VERDE FRUTA, PAN/AGUA	MIÉRCOLES 12 PURÉ DE VERDURAS POLLO AL HORNO con patatas LÁCTEO,PAN/AGUA	JUEVES 13 PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO(garbanzos, morcillo, gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA	VIERNES 14 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA PLANCHA c/patata panadera LÁCTEO,PAN/AGUA
LUNES 19 CREMA DE PATATA Y PUERRO FILETE DE CERDO con ensalada de pepino LÁCTEO,PAN/AGUA	MARTES 18 PURÉ DE VERDURAS ESTOFADO DE TERNERA con guisantes FRUTA, PAN/AGUA	MIÉRCOLES 19 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA PLANCHA con patatas al horno LÁCTEO,PAN/AGUA	JUEVES 20 PURÉ DE VERDURAS EMPANADILLAS CASERAS DE POLLO AL HORNO FRUTA, PAN/AGUA	VIERNES 21 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO c/ensalada LÁCTEO,PAN/AGUA
LUNES 26 PURÉ DE VERDURAS FILETE DE PAVO con ensalada de lechuga y tomate LÁCTEO,PAN/AGUA	MARTES 25 PURÉ DE PATATA Y GUISANTES RAGOUT DE CERDO c/arroz pilaf FRUTA, PAN/AGUA	MIÉRCOLES 26 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA HORNO en salsa verde LÁCTEO, PAN/AGUA	JUEVES 27 PURÉ DE VERDURAS COCIDO COMPLETO(garbanzos, morcillo, gallina, zanahoria, patata y repollo) FRUTA, PAN/AGUA	VIERNES 28 PURÉ DE VERDURAS MERLUZA PLANCHA c/patata panadera LÁCTEO,PAN/AGUA

VALORES NUTRICIONALES MEDIA DIARIA: Kcal:404 - PR: 17.3g - LIP: 11.9g - HC: 68.7g

LAS NOTIFICACIONES DE MOLUSCOS Y CRUSTÁCEOS EN LOS DÍAS DE PESCADO, SE DEBE AL HECHO DE SER CONGELADOS (POR NORMATIVA), Y NO GARANTIZAN LA INEXISTENCIA DE TRAZAS DE LOS MISMOS, ASÍ COMO EL SÉSAMO EN EL PAN



Verdura del mes: PIMIENTO

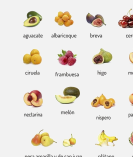


El pimiento es encabeza las clasificaciones de vitamina C, vitamina de la que a menudo carecemos: ¡contiene más que una naranja! El pimiento rojo es el que más vitamina C contiene.

-Comer productos de temporada es bueno para tu salud, tu bolsillo y el medio ambiente. Además de ayudar a reducir las emisiones de CO2 y apoyar la sostenibilidad de la tierra, consumes productos que han sido recogidos en su punto óptimo de maduración a un precio justo y que favorece la economía local.- Más info: <https://soydetemporada.es/>

Frutas y Verduras de Temporada

Julio



VERDURAS Y FRUTAS DE JULIO