

MES: ABRIL

COLEGIO: MENÚ DIABÉTICO 6 RACIONES- RICARDO MUR

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (165GR GARBANZO ESCURRIDO=3RAC) TORTILLA FRANCESA DE ATUN CON ENSALADA FRUTA 100GR=1RAC/PAN INTEGRAL 46GR=2RAC	2 SOPA DE ESTRELLAS (PASTA CRUDA 14GR=1RAC) LOMO ASADO EN SALSA DE MANZANA CON PATATAS DADO (130GR PATATA COCIDA=2RAC) FRUTA 100GR=1RAC PAN 40GR=2RAC	3 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL(192.5GR ALUBIA ESCURRIDO=3.5RAC ABADEJO A LA DONOSTIARRA CON ENSALADA YOGUR NAT DESN =0.5RAC PAN INTEGRAL 46GR=2RAC	4 REHOGADO DE ACELGA (PATATA COCIDA 130GR=2RAC) POLLO ASADO CON PATATAS PANADERA(PATATA COCIDA 65GR=1RAC FRUTA 100GR=1RAC PAN 40GR=2RAC
7 ARROZ CON SALSA DE TOMATE (114GR ARROZ COCIDO=RAC) TORTILLA FRANCESA DE CEBOLLA Y CALABACÍN CON ENSALADA FRUTA 100GR=1RAC PAN 40GR=2RAC	8 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (165GR GARBANZO ESCURRIDO =3RAC) SUPREMA DE SALMÓN AL LIMÓN CON ENSALADA FRUTA 100GR=1RAC PAN INTEGRAL 46G=2RAC	9 SOPA DE FIDEOS (PASTA CRUDA 14GR=1RAC SALTEADO DE CERDO CON PISTO SUAVE Y PATATAS DADO (130GR PATATA COCIDA =2RAC) PAN 40GR=2RAC	10 CREMA DE ZANAHORIA (PATATA COCIDA 162.5GR=2.5RAC MERLUZA CON PIL PIL DE TOMATE Y PATATAS PANADERA (PATATA COCIDA 65GR=1RAC) YOGUR NAT DESN=0.5RAC PAN INTEGRAL 46GR=2RAC	11 GUISO DE LENTEJAS ECO(150GR LENTEJA ECURRIDA =3RAC) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA 100GR=1RAC PAN 40GR=2RAC
14 VACACIONES DE SEMANA SANTA	15 VACACIONES DE SEMANA SANTA	16 VACACIONES DE SEMANA SANTA	17 VACACIONES DE SEMANA SANTA	18 VACACIONES DE SEMANA SANTA
21 VACACIONES DE SEMANA SANTA	22 LENTEJAS ECO ESTOFADAS CON VERDURAS (150GR LEGUMBRE ESCURRIDO=3RAC) TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA FRUTA 100GR=1RAC PAN INTEGRAL 100GR=1RAC	23 FESTIVO	24 BROCOLI CON PATATAS (PATATA COCIDA 227.5GR=3.5RAC) JAMONCITOS DE POLLO ASADO AL TOMILLO CON ENSALADA YOGUR NAT DESN=0.5RAC PAN INTEGRAL46 GR=2RAC	25 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS CON ARROZ INTEGRAL(165GR ALUBIA ECSURRIDO=3RAC) CABALLA AL HORNO Y ALIÑO DE LIMON CON ENSALADA FRUTA 100GR=1RAC PAN 40GR=2RAC
28 ARROZ CON SALSA DE TOMATE (114GR ARROZ COCIDO =3RC TORTILLA FRANCESA CON ATUN CON ENSALADA FRUTA 100GR=1RAC PAN 40GR=2RAC	29 GARBANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS Y HUEVO DURO(150GR GARBANZO ESCURRIDO=3RAC) SUPREMA DE SAMON AL LIMON CON ENSALADA FRUTA 100GR=1RAC PAN INTEGRAL 46GR= 2RAC	30 SOPA MARINERA DE PESCADO Y FIDEOS(PASTA CRUDA 14GR=1RAC SALTEADO DE CERDO CON PISTO SUAVE Y PATATAS PANADERA(130GR PATATA COCIDA=2RAC) FRUTA 100GR=1RAC PAN 40GR=2RAC		