

Sin Cerdo

MES: Abril 2024

MONTPELLIER

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <p>SEMANA SANTA</p>	<p>2</p> <p>Lentejas a la jardinera Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan</p> <p>VE:2.432/582 GT:10 GS:3 HC:89 AZ:12 PROT:29 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina a la andaluza con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.486/834 GT:23 GS:3 HC:126 AZ:24 PROT:40 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan</p> <p>VE:2.986/714 GT:20 GS:7 HC:97 AZ:28 PROT:38 SAL:1</p>	<p>5</p> <p>Salteado de judías verdes Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y queso Fruta y pan</p> <p>VE:2.713/649 GT:21 GS:5 HC:246 AZ:29 PROT:25 SAL:2</p>
<p>8</p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de abadejo empanado con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Yogur y pan</p> <p>VE:3.666/877 GT:37 GS:7 HC:104 AZ:10 PROT:41 SAL:1</p>	<p>9</p> <p>Alubias estofadas con verduras Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan integral</p> <p>VE:2.921/699 GT:18 GS:2 HC:105 AZ:32 PROT:40 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Crema de calabacín Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan</p> <p>VE:2.328/557 GT:13 GS:2 HC:78 AZ:28 PROT:33 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Sopa de ave Filete de ternera con patatas dado Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.160/756 GT:27 GS:4 HC:91 AZ:27 PROT:43 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Macarrones (integrales) gratinados Filete de merluza al horno con champiñones salteados Fruta (eco.) y pan</p> <p>VE:2.483/594 GT:7 GS:0 HC:98 AZ:19 PROT:37 SAL:2</p>
<p>15</p> <p>Coliflor asada con cúrcuma y queso Hamburguesa de ternera con arroz pilaf Fruta (eco.) y pan</p> <p>VE:2.437/583 GT:17 GS:4 HC:89 AZ:21 PROT:29 SAL:2</p>	<p>16</p> <p>Tallarines con salsa de tomate Delicias de bacalao con ensalada Yogur y pan integral</p> <p>VE:3.377/808 GT:33 GS:5 HC:100 AZ:11 PROT:27 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan</p> <p>VE:2.986/714 GT:20 GS:7 HC:97 AZ:28 PROT:38 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Arroz con salsa de tomate Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.043/728 GT:18 GS:2 HC:126 AZ:25 PROT:20 SAL:2</p>	<p>19</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan</p> <p>VE:3.421/818 GT:19 GS:3 HC:115 AZ:26 PROT:51 SAL:1</p>
<p>22</p> <p>Coditos a la napolitana Abadejo a la romana con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan</p> <p>VE:3.968/949 GT:63 GS:10 HC:91 AZ:12 PROT:43 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Sopa minestrone Fajitas de ternera al curry con arroz Fruta y pan</p> <p>VE:2.840/679 GT:13 GS:2 HC:113 AZ:28 PROT:30 SAL:2</p>	<p>24</p> <p>Panaché de verduras Jamoncitos de pollo al ajillo con ensalada de lechuga, zanahoria y quinoa (eco.) Fruta y pan integral</p> <p>VE:3.609/863 GT:29 GS:3 HC:104 AZ:40 PROT:47 SAL:1</p>	<p>25</p> <p>Lentejas (eco) estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan</p> <p>VE:3.613/864 GT:29 GS:5 HC:125 AZ:27 PROT:29 SAL:1</p>	<p>26</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pavo a la plancha con zanahorias salteadas Flan de vainilla y pan</p> <p>VE:2.964/709 GT:10 GS:2 HC:122 AZ:32 PROT:32 SAL:1</p>
<p>29</p> <p>Espaguetis gratinados Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Yogur y pan</p> <p>VE:2.685/642 GT:9 GS:4 HC:73 AZ:25 PROT:46 SAL:1</p>	<p>30</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo (sin chorizo) Fruta y pan integral</p> <p>VE:2.936/702 GT:21 GS:7 HC:95 AZ:28 PROT:39 SAL:1</p>			