

MENÚ NORMAL. CENTRO DE MAYORES DEL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA. MARZO 2018

				01	02
				SALTEADO DE VERDURAS CONTRAMUSLO DE POLLO EN PEPITORIA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 835,39 LIP.31,64 PROT. 52,41 HC. 80,06	COLIFLOR SALTEADA MERLUZA ROMANA CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 609,80 LIP.21,13 PROT. 40,23 HC. 59,38
05	06	07	08	09	
MENESTRA CON PATATA JAMÓN VILLARROY CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 807,50 LIP.33,67 PROT. 21,22 HC. 100,90	ACELGAS SALTEADAS CON BACON POLLO ASADO CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 780,36 LIP.37,38 PROT. 50,18 HC. 51,78	PATATAS CON CHORIZO FILETE DE MERLUZA EN SALSA YOGURT Y PAN KCAL. 879,42 LIP.32,52 PROT. 41,40 HC. 99,36	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURAS SALCHICHAS FRESCAS AL AJILLO PROFITEROLES CON CHOCOLATE Y PAN KCAL. 1281,84 LIP.57,78 PROT. 43,76 HC. 133,81	SOPA DE PESCADO CON PASTA TORTILLA DE CALABACÍN C/ LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 686,38 LIP.26,06 PROT. 31,37 HC. 79,33	
12	13	14	15	16	
JUDÍAS VERDES SALTEADAS HAMBURGUESA EN SALSA CON GUISANTES Y ZANAHORIA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 660,64 LIP.19,89 PROT. 25,31 HC. 67,95	POTAJE DE GARBANZOS LOMO CON CHAMPIÑÓN Y LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 878,02 LIP.27,62 PROT. 50,59 HC. 96,94	ACELGAS SALTEADAS CON CEBOLLA MERLUZA ROMANA CON LECHUGA YOGURT Y PAN KCAL. 690,65 LIP.24,96 PROT. 41,50 HC. 66,13	CREMA DE VERDURAS CONTRAMUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN NATILLAS DE CHOCOLATE Y PAN KCAL. 836,76 LIP.32,83 PROT. 51,24 HC. 80,69	PATATAS Y CEBOLLAS ASADAS PINCHOS MORUNOS CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 691,65 LIP.23,73 PROT. 292,30 HC. 76,10	
19	20	21	22	23	
ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS LOMO ASADO A LA CAZADORA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 828,29 LIP.22,07 PROT. 49,46 HC. 96,51	SOPA DE PESCADO SALCHICHAS FRESCAS AL AJILLO CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 846,02 LIP.37,48 PROT. 35,84 HC. 86,50	CREMA DE CALABACÍN FILETE DE POLLO EMPANADO CON LECHUGA YOGURT Y PAN KCAL. 835,62 LIP.37,80 PROT. 47,43 HC. 74,49	COLIFLOR SALTEADA TORTILLA DE PIMIENTOS CON LECHUGA ARROZ CON LECHE Y PAN KCAL. 791,69 LIP.28,61 PROT. 24,05 HC. 102,70	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSA DE TOMATE FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 694,54 LIP.12,29 PROT. 46 HC. 91,40	
26	27	28	29	30	
BORRAJA CON PATATA LOMO CON SALSA ESPAÑOLA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 721,44 LIP.26,32 PROT. 40,75 HC. 74,99	CREMA DE VERDURAS PECHUGA DE POLLO VILLARROY CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN KCAL. 772,58 LIP.33,03 PROT. 34,09 HC. 81,63	LENTEJAS A LA CAMPESINA CON VERDURAS SALMÓN CON SALSA DE LIMÓN YOGURT Y PAN KCAL. 878,08 LIP.29,35 PROT. 52,17 HC. 96,04	FESTIVO	FESTIVO	