

MENÚ DIABÉTICO CENTROS DE MAYORES DEL AYTO. DE ZARAGOZA NOVIEMBRE 2017

			FESTIVO	01	02	03
				ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS LOMO A LA PLANCHA FRUTA FRESCA Y PAN	COLIFLOR SALTEADA TORTILLA FRANCESA FRUTA FRESCA Y PAN	
06		07		08	09	10
BORRAJA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA FRUTA FRESCA Y PAN		FRITADA PECHUGA DE POLLO PLANCHA Y LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN	LENTEJAS CAMPESINA CON VERDURAS SALMÓN A LA PLANCHA YOGURT VITALÍNEA Y PAN	GUISANTES CON JAMÓN Y HUEVO DURO SALCHICHAS CON TOMATE FRUTA FRESCA Y PAN	MENESTRA MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN	
13		14		15	16	17
POTAJE DE GARBANZOS CONTRAMUSLO DE POLLO PLANCHA FRUTA FRESCA Y PAN		ACELGAS SALTEADAS MERLUZA A LA PLANCHA FRUTA FRESCA Y PAN	JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA HAMBURGUESA A LA PLANCHA YOGURT VITALÍNEA Y PAN	SOPA DE VERDURAS SOLOMILLO DE CERDO CON CHAMPIÑÓN FRUTA FRESCA Y PAN	CREMA DE CALABACÍN LOMO A LA PLANCHA FRUTA FRESCA Y PAN	
20		21		22	23	24
CREMA DE PUERRO LONGANIZA DE ARAGÓN CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN		LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA A LA PLANCHA FRUTA FRESCA Y PAN	SALTEADO DE VERDURAS POLLO AL HORNO YOGURT VITALÍNEA Y PAN	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS MAGRO A LA PLANCHA CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN	COLIFLOR SALTEADA MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN	
27		28		29	30	
JUDÍAS VERDES SALTEADAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA FRUTA FRESCA Y PAN		CREMA DE VERDURAS CONTRAMUSLO DE POLLO PLANCHA CON LECHUGA FRUTA FRESCA Y PAN	MENESTRA DE VERDURAS LOMO A LA PLANCHA YOGURT VITALÍNEA Y PAN	ACELGAS TORTILLA FRANCESA CON LECHUGA FRUTA FRESCA T Y PAN		