

MES: mayo-24

MENÚ: (01) - CELIACO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		1 FESTIVO	2 Guisantes rehogados Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	3 Crema de zanahoria Albóndigas de cerdo a la jardinera Fruta y pan sin gluten	kcl: 683,9 Prot: 24,1 HC: 88,4 Lip: 23,5
6 Alubias estofadas Filete de abadejo en salsa verde Fruta y pan sin gluten	7 Arroz caldoso de verduras Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	8 Potaje de garbanzos Salmón con salsa pomodoro Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	9 Crema de verduras Pollo en salsa de champiñones Yogur y pan sin gluten	10 Macarrones sin gluten ni huevo pomodoro Tortilla americana Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 699,2 Prot: 26,7 HC: 88,5 Lip: 23,7
13 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Fruta y pan sin gluten	14 Guisantes rehogados Filete de merluza en salsa marinera Fruta y pan sin gluten	15 Arroz con tomate Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	16 Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	17 Crema de calabacín Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 691,9 Prot: 23,6 HC: 89,9 Lip: 23,9
20 Guiso de alubias Filete de abadejo en salsa Fruta y pan sin gluten	21 Crema de brócoli Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	22 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Merluza en salsa vizcaína Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	23 Arroz caldoso de verduras Tortilla alemana Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	24 Guisantes rehogados Pollo al chilindrón Fruta y pan sin gluten	kcl: 687,2 Prot: 25,7 HC: 90,7 Lip: 20,2
27 Potaje de garbanzos Filete de merluza a la griega Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	28 Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan sin gluten	29 Sopa de verduras Limanda al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	30 Judías verdes con refrito Magro a la campesina Yogur y pan sin gluten	31 Alubias estofadas Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 710,0 Prot: 24,6 HC: 94,1 Lip: 23,7

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES