

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: marzo-25

MENÚ: (01) - CELIACO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
3 Crema de brócoli Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan sin gluten	4 Guisantes rehogados Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	5 FESTIVO	6 Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	7 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de abadejo en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 686,2 Prol: 24,3 HC: 90,9 Lip: 22,5
10 Verdura tricolor Pechuga al horno Fruta y pan sin gluten	11 Sopa de verduras Salmón con salsa pomodoro Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	12 Guisantes rehogados Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	13 Arroz con tomate Filete de abadejo en salsa Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	14 Guiso de alubias con verduras Revuelto de york Fruta y pan sin gluten	kcl: 690,7 Prol: 25,3 HC: 92,5 Lip: 22,0
17 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	18 Potaje de garbanzos Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	19 Borrajá con patata Magro a la campesina Fruta y pan sin gluten	20 Guisantes rehogados Limanda al horno Yogur y pan sin gluten	21 Crema de calabacín Pollo con arroz Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 683,9 Prol: 24,1 HC: 88,4 Lip: 23,5
24 Guiso de alubias Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	25 Arroz caldoso de verduras Salmón con salsa pomodoro Fruta y pan sin gluten	26 Crema de verduras Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	27 Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	28 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan sin gluten	kcl: 699,2 Prol: 26,7 HC: 88,5 Lip: 23,7
31 Guisantes rehogados Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten					kcl: 691,9 Prol: 23,6 HC: 89,9 Lip: 23,9

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES