

MES: junio-25

MENÚ: 1. CELÍACO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
<p>2</p> <p>Potaje de garbanzos</p> <p>Salmón al horno con salsa de tomate</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>3</p> <p>Crema de zanahoria eco</p> <p>Pollo en salsa</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>4</p> <p>Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana</p> <p>Filete de merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>5</p> <p>Alubias estofadas</p> <p>Tortilla de calabacín</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Yogur y pan sin gluten</p>	<p>6</p> <p>Verdura tricolor</p> <p>Magro a la campesina</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>kcl: 709,97</p> <p>Prot: 24,57</p> <p>HC: 94,12</p> <p>Lip: 23,70</p>
<p>9</p> <p>Guisantes rehogados</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>10</p> <p>Patatas guisadas</p> <p>Filete de abadejo al horno con verduritas</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>11</p> <p>Judías verdes con refrito</p> <p>Pavo guisado con verduras</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>12</p> <p>Sopa de verduras</p> <p>Cocido completo</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Yogur y pan sin gluten</p>	<p>13</p> <p>Arroz caldoso de verduras</p> <p>Revuelto de york</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>kcl: 686,24</p> <p>Prot: 24,30</p> <p>HC: 90,89</p> <p>Lip: 22,45</p>
<p>16</p> <p>Guiso de alubias</p> <p>Filete de merluza en salsa marinera</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>17</p> <p>Crema de calabacín eco</p> <p>Magro guisado con verduras</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>18</p> <p>Guisantes rehogados</p> <p>Tortilla de queso</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>19</p> <p>Menestra salteada</p> <p>Guiso de caballa</p> <p>Yogur y pan sin gluten</p>	<p>20</p> <p>Pasta sin gluten ni huevo pomodoro</p> <p>Pechuga al horno</p> <p>Ensalada de lechuga</p> <p>Fruta y pan sin gluten</p>	<p>kcl: 690,67</p> <p>Prot: 25,28</p> <p>HC: 92,47</p> <p>Lip: 21,96</p>
<p>23</p>	<p>24</p>	<p>25</p>	<p>26</p>	<p>27</p>	
<p>30</p>					

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES