

**MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE**



MES: diciembre-25

MENÚ:

**1. CELIACO**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Alubias estofadas	2	Sopa de sémola de arroz	3	Crema de verduras	4	Judías verdes con refrito	5	Potaje de garbanzos	kcl: 699,15
	Salmón al horno con salsa de tomate		Pollo en salsa		Revuelto de atún		Magro a la campesina		Tortilla de queso	Prot: 26,67
	Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga	HC: 88,52
	Fruta y pan sin gluten		Fruta y pan sin gluten		Fruta y pan sin gluten		Yogur y pan sin gluten		Fruta y pan sin gluten	Lip: 23,70
8	FESTIVO	9	Guisantes rehogados	10	Menestra salteada	11	Sopa de verduras	12	Arroz Eco caldoso de verduras	kcl: 691,93
			Tortilla de patata		Estofado de pavo con verduras		Cocido completo		Filete de merluza en salsa verde	Prot: 23,64
			Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga			HC: 89,91
			Fruta y pan sin gluten		Fruta y pan sin gluten		Yogur y pan sin gluten		Fruta y pan sin gluten	Lip: 23,90
15	Guiso de alubias con arroz integral	16	Verdura tricolor	17	Crema de brócoli	18	Guisantes rehogados	19	Pasta sin gluten ni huevo pomodoro	kcl: 687,19
	Filete de abadejo al horno con verduritas		Magro de cerdo con arroz		Palometa a la griega		Tortilla de york		Pechuga al horno	Prot: 25,67
					Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	HC: 90,65
	Fruta y pan sin gluten		Fruta y pan sin gluten		Fruta y pan sin gluten		Yogur y pan sin gluten		Fruta y pan sin gluten	Lip: 20,23
22	VACACIONES DE NAVIDAD	23	VACACIONES DE NAVIDAD	24	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	
29	VACACIONES DE NAVIDAD	30	VACACIONES DE NAVIDAD	31	VACACIONES DE NAVIDAD					

**VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES**