

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: febrero-26

MENÚ:

1. CELIACO

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
2	Pasta sin gluten ni huevo pomodoro	3	Alubias estofadas con arroz integral	4	Judías verdes con refrito	5	Sopa de verduras	6	Crema de calabacín eco	kcl: 699,15
	Tortilla de york		Filete de abadejo en salsa		Magro a la campesina		Cocido completo		Pollo en salsa	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
9	Menestra salteada	10	Guisantes rehogados	11	Sopa de verduras	12	Potaje de garbanzos	13	Arroz eco con tomate	kcl: 691,93
	Pavo guisado con verduras		Tortilla de patata		Pollo al chilindrón		Revuelto de atún		Filete de merluza en salsa verde	Prot: 23,64
	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga	HC: 89,91
	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: 23,90
16	Guiso de alubias	17	Verdura tricolor	18	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana	19	Crema de zanahoria eco	20	Guisantes rehogados	kcl: 687,19
	Filete de abadejo al horno con verduritas		Magro a la campesina		Tortilla de queso		Pollo con arroz		Salmón al horno con salsa de tomate	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
23	Sopa de verduras	24	Arroz eco caldoso de verduras	25	Potaje de garbanzos	26	Judías verdes con refrito	27	Alubias estofadas	kcl: 709,97
	Pollo en salsa de champiñones		Palometa a la griega		Revuelto de york		Pavo guisado con verduras		Tortilla de calabacín	Prot: 24,57
	Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga		Ensalada de lechuga				Ensalada de lechuga	HC: 94,12
	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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES