

MES: junio-26

MENÚ: 32. SIN CITRICOS NI TOMATE

| Lunes | | Martes | | Miércoles | | Jueves | | Viernes | | I. Nutricional |
|-------|---|--------|---|-----------|---|--------|--|---------|--|---|
| 1 | Guiso de alubias Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | 2 | Menestra salteada Pechuga al horno Fruta y pan sin gluten | 3 | Arroz salteado Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | 4 | Crema de calabacín Pollo al limón Fruta y pan sin gluten | 5 | Guisantes rehogados Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | kcl: 678,32 Prot: 22,93 HC: 88,41 Lip: 23,37 |
| 8 | Guiso de patata Lomo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | 9 | Arroz cocido Abadejo en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | 10 | Sopa de ave casera Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan sin gluten | 11 | Alubias estofadas con arroz integral Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | 12 | Judías verdes con refrito Limanda al horno Fruta y pan sin gluten | kcl: 679,72 Prot: 25,14 HC: 89,92 Lip: 19,96 |
| 15 | Arroz salteado Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | 16 | Guisantes rehogados Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | 17 | Crema de zanahoria eco Magro con champiñones Fruta y pan sin gluten | 18 | Verdura tricolor Garbanzos con verduras Fruta y pan sin gluten | 19 | Pasta sin gluten ni huevo Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten | kcl: 698,88 Prot: 24,07 HC: 93,85 Lip: 22,81 |
| 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | 26 | | |
| 29 | | 30 | | | | | | | | |

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES