

MES: mayo-26

MENÚ: 1. CELIACO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1 FESTIVO	
4 Guiso de alubias con arroz integral Lomo encebollado Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	5 Sopa de verduras Pollo en salsa Fruta y pan sin gluten	6 Guisantes rehogados Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	7 Arroz caldoso de verduras Tortilla de york Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	8 Verdura tricolor Pavo guisado con verduras Fruta y pan sin gluten	kcl: 691,93 Prot: 23,64 HC: 89,91 Lip: 23,90
11 Arroz con tomate Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	12 Judías verdes con refrito Guiso de garbanzos con arroz integral Fruta y pan sin gluten	13 Pasta sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de abadejo al horno con salsa de verduritas Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	14 Crema de zanahoria eco Magro guisado con verduras Yogur y pan sin gluten	15 Guisantes rehogados Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 687,19 Prot: 25,67 HC: 90,65 Lip: 20,23
18 Alubias estofadas Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	19 Sopa de verduras Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan sin gluten	20 Potaje de garbanzos Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	21 Menestra salteada Lomo asado Yogur y pan sin gluten	22 Arroz caldoso de verduras Palometa a la griega Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 709,97 Prot: 24,57 HC: 94,12 Lip: 23,70
25 Verdura tricolor Magro a la campesina Fruta y pan sin gluten	26 Guisantes rehogados Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	27 Crema de verduras Salmón al horno con salsa pomodoro Fruta y pan sin gluten	28 Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	29 Arroz con tomate Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 686,24 Prot: 24,30 HC: 90,89 Lip: 22,45

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)