

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



MES: junio-25

MENÚ: (01) - CELIACO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
2 Potaje de garbanzos Salmón al horno con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	3 Crema de zanahoria eco Pollo en salsa Fruta y pan sin gluten	4 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	5 Alubias estofadas Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	6 Verdura tricolor Magro a la campesina Fruta y pan sin gluten	kcd: 710,0 Prol: 24,6 HC: 94,1 Lip: 23,7
9 Guisantes rehogados Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	10 Patatas guisadas Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan sin gluten	11 Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan sin gluten	12 Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	13 Arroz caldoso de verduras Revuelto de york Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcd: 686,2 Prol: 24,3 HC: 90,9 Lip: 22,5
16 Guiso de alubias Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	17 Crema de calabacín eco Magro guisado con verduras Fruta y pan sin gluten	18 Guisantes rehogados Tortilla de queso Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	19 Menestra salteada Guiso de caballa Yogur y pan sin gluten	20 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcd: 690,7 Prol: 25,3 HC: 92,5 Lip: 22,0
23	24	25	26	27	0 0 0 0
30					

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES