

MES: **noviembre-24**

MENÚ: **(01) - CELIACO**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				1	
4	5	6	7	8	
Potaje de garbanzos Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	Crema de verduras Pollo con arroz Fruta y pan sin gluten	Sopa de verduras Salmón con salsa de tomate Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Yogur y pan sin gluten	Alubias estofadas Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 710,0 Prol: 24,6 HC: 94,1 Lip: 23,7
11	12	13	14	15	
Crema de calabacín Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	Arroz con tomate Filete de abadejo en salsa Fruta y pan sin gluten	Guisantes rehogados Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	Menestra salteada Magro de cerdo a la campesina Fruta y pan sin gluten	kcl: 686,2 Prol: 24,3 HC: 90,9 Lip: 22,5
18	19	20	21	22	
Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de merluza en salsa verde Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	Guisantes rehogados Albóndigas de cerdo a la jardinera Fruta y pan sin gluten	Crema de zanahoria Empanada sin gluten ni huevo de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	Arroz caldoso de verduras Tortilla de queso Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	Guiso de alubias con verduras Pollo en salsa de champiñones Fruta y pan sin gluten	kcl: 690,7 Prol: 25,3 HC: 92,5 Lip: 22,0
25	26	27	28	29	
Guisantes rehogados Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras Fruta y pan sin gluten	Arroz con tomate Filete de abadejo al horno con verduritas Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	Sopa de verduras Cocido completo Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	Crema de verduras Pollo en salsa Fruta y pan sin gluten	kcl: 683,9 Prol: 24,1 HC: 88,4 Lip: 23,5