

MES: diciembre-25

MENÚ: 32. SIN TOMATE NI DERIVADOS

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
1	Alubias estofadas Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	2	Sopa de ave casera Pechuga al horno Fruta y pan sin gluten	3	Crema de verduras Revuelto de atún Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	4	Judías verdes con refrito Magro con champiñones Fruta y pan sin gluten	5	Garbanzos con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 695,27 Prot: 25,74 HC: 90,10 Lip: 22,98
8	FESTIVO	9	Guisantes rehogados Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	10	Menestra salteada Estofado de pavo Fruta y pan sin gluten	11	Sopa de ave casera Cocido completo Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	12	Arroz salteado Filete de merluza en salsa verde Fruta y pan sin gluten	kcl: 678,32 Prot: 22,93 HC: 88,41 Lip: 23,37
15	Guiso de alubias con arroz integral Abadejo al horno Fruta y pan sin gluten	16	Verdura tricolor Magro con champiñones Fruta y pan sin gluten	17	Crema de brócoli Limanda en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	18	Guisantes rehogados Tortilla de york Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	19	Pasta sin gluten ni huevo Pechuga al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 679,72 Prot: 25,14 HC: 89,92 Lip: 19,96
22	VACACIONES DE NAVIDAD	23	VACACIONES DE NAVIDAD	24	VACACIONES DE NAVIDAD	25	VACACIONES DE NAVIDAD	26	VACACIONES DE NAVIDAD	
29	VACACIONES DE NAVIDAD	30	VACACIONES DE NAVIDAD	31	VACACIONES DE NAVIDAD					

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES