

MES: **septiembre-21**

MENÚ: **(01) - CELIACO**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
		8 Sopa de verduras Tortilla de patata Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	9 Judías verdes con refrito Pincho moruno de cerdo con salteado de arroz Yogur y pan sin gluten	10 Alubias estofadas Abadejo al horno Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	kcl: 710,0 Prot: 24,6 HC: 94,1 Lip: 23,7
13 Crema de zanahoria Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	14 Lentejas a la castellana Pollo asado en su jugo Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	15 Arroz a la cubana Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan sin gluten	16 Sopa de verduras Longaniza asada Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	17 Menestra salteada Magro estofado en salsa cazadora Fruta y pan sin gluten	kcl: 686,2 Prot: 24,3 HC: 90,9 Lip: 22,5
20 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de merluza en salsa marinera Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	21 Crema de calabacín Lomo al pimentón Fruta y pan sin gluten	22 Lentejas a la jardinera Abadejo en pepitoria Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	23 Arroz caldoso de verduras Tortilla de atún Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten	24 Guiso de alubias con verduras Albóndigas mixtas (cerdo y ternera) en salsa española Fruta y pan sin gluten	kcl: 690,7 Prot: 25,3 HC: 92,5 Lip: 22,0
27 Lentejas a la campesina Pollo en salsa Fruta y pan sin gluten	28 Sopa de verduras Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) en salsa Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	29 Arroz con tomate Merluza en salsa de zanahoria Ensalada de lechuga Fruta y pan sin gluten	30 Potaje de garbanzos Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur y pan sin gluten		kcl: 683,9 Prot: 24,1 HC: 88,4 Lip: 23,5