

MES: **octubre-22**

MENÚ: **(01) - CELIACO**

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes		I. Nutricional
3	Guisantes rehogados Pollo en salsa pan sin gluten y fruta	4	Sopa de verduras Hamburguesa mixta (cerdo y ternera) al horno Ensalada pan sin gluten y fruta	5	Arroz con tomate Filete de merluza en salsa verde pan sin gluten y fruta	6	Potaje de garbanzos Tortilla de patata Ensalada pan sin gluten y yogur	7	Crema de zanahoria Empanada sin gluten ni huevo de atún Ensalada pan sin gluten y fruta	kcl: 683,9 Prot: 24,1 HC: 88,4 Lip: 23,5
10	FESTIVO	11	FESTIVO	12	FESTIVO	13	Crema de verduras Pollo con arroz pan sin gluten y yogur	14	Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Tortilla de queso Ensalada pan sin gluten y fruta	kcl: 699,2 Prot: 26,7 HC: 88,5 Lip: 23,7
17	Guisantes rehogados Pollo al limón Ensalada pan sin gluten y fruta	18	Verdura tricolor Merluza encebollada pan sin gluten y fruta	19	Arroz con tomate Tortilla de calabacín Ensalada pan sin gluten y fruta	20	Sopa de verduras Cocido completo Ensalada pan sin gluten y yogur	21	Crema de calabacín Pechuga al horno pan sin gluten y fruta	kcl: 691,9 Prot: 23,6 HC: 89,9 Lip: 23,9
24	Guiso de alubias Pastel de salmón con salsa de tomate y cúrcuma pan sin gluten y fruta	25	Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Salchichas al horno Ensalada pan sin gluten y fruta	26	Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras pan sin gluten y fruta	27	Arroz caldoso de verduras Tortilla de patata Ensalada pan sin gluten y yogur	28	Guisantes rehogados Merluza al horno Ensalada pan sin gluten y fruta	kcl: 687,2 Prot: 25,7 HC: 90,7 Lip: 20,2
31	FESTIVO									