

Enero 2024

CELIACO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>8 KCal. 607 H.C. 82 Lip. 20 P. 27</p> <p>ARROZ CON TOMATE</p> <p>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>9 KCal. 658 H.C. 118 Lip. 15 P. 18</p> <p>CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA</p> <p>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA • ARROZ BLANCO SALTEADO</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>10 KCal. 505 H.C. 58 Lip. 19 P. 26</p> <p>ALUBIAS ESTOFADAS DE LA HUERTA</p> <p>DORADA AL HORNO CON AJO-PEREJIL • ZANAHORIA BABY</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>11 KCal. 382 H.C. 54 Lip. 14 P. 13</p> <p>PATATAS GUIADAS CON VERDURAS</p> <p>FILETE DE POLLO AL AJILLO • ENSALADA VERDE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>12 KCal. 561 H.C. 55 Lip. 30 P. 18</p> <p>JUDIAS VERDES A LA GALLEGA</p> <p>TORTILLA FRANCESA (DIETAS) • PATATAS AL HORNO</p> <p>MELOCOTON EN ALMIBAR</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>
<p>15 KCal. 632 H.C. 87 Lip. 21 P. 27</p> <p>MACARRONES CON SALSA DE TOMATE (DIETAS)</p> <p>SALMON AL HORNO • CALABACIN Y ZANAHORIA SALTEADA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>16 KCal. 319 H.C. 31 Lip. 17 P. 11</p> <p>BROCOLI CON PIMENTON</p> <p>FILETE DE POLLO A LA PLANCHA • ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>17 KCal. 676 H.C. 80 Lip. 28 P. 28</p> <p>SOPA DE VERDURA</p> <p>COCIDO COMPLETO</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>18 KCal. 561 H.C. 81 Lip. 16 P. 28</p> <p>PAELLA DE VERDURAS</p> <p>BACALAO AL HORNO • ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>19 KCal. 527 H.C. 65 Lip. 22 P. 17</p> <p>GUISANTES REHOGADOS</p> <p>TORTILLA DE PATATA • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>
<p>22 KCal. 555 H.C. 86 Lip. 14 P. 25</p> <p>MACARRONES CON TOMATE (DIETAS)</p> <p>FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA • PIMIENTOS ROJOS ASADOS</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>23 KCal. 320 H.C. 48 Lip. 10 P. 8</p> <p>GARBANZOS SALTEADOS CON PISTO</p> <p>LOMBARDA REHOGADA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>24 KCal. 561 H.C. 48 Lip. 33 P. 18</p> <p>SOPA DE AVE CON PASTA SIN GLUTEN</p> <p>HUEVOS REVUELTOS • ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>25 KCal. 584 H.C. 55 Lip. 31 P. 23</p> <p>PURE DE VERDURAS ECOLOGICAS</p> <p>CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA • LECHUGA Y MAÍZ</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>26 KCal. 596 H.C. 75 Lip. 19 P. 33</p> <p>JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS</p> <p>MERLUZA AL HORNO • PATATA COCIDA</p> <p>NATILLA DE VAINILLA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>
<p>29 KCal. 551 H.C. 73 Lip. 16 P. 33</p> <p>LENTEJAS ECOLÓGICAS CON CURRY</p> <p>MERLUZA AL HORNO • ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>30 KCal. 550 H.C. 46 Lip. 27 P. 31</p> <p>JUDIAS VERDES REHOGADAS</p> <p>MAGRO DE CERDO GUISADO • ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA</p> <p>FRUTA</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>	<p>31 KCal. 545 H.C. 84 Lip. 14 P. 24</p> <p>MACARRONES CON SALSA DE TOMATE (DIETAS)</p> <p>MERLUZA EN SALSA DE CALABAZA Y ZANAHORIA</p> <p>YOGUR</p> <p>PAN SIN GLUTEN</p>		

(*) Los platos resaltados son la alternativa al menú basal.

Fruta fresca variada: Naranja, manzana, pera, plátano, fruta de temporada.