

MARZO

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE:



COLEGIO: CELIACO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

VALORACIÓN NUTRICIONAL

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | VALORACIÓN NUTRICIONAL |
|---|---|--|---|---|--|
| 5 NO LECTIVO | 6 CREMA DE CALABACÍN MAGRO CON CHAMPIÑONES PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 7 ARROZ CON SALSA DE TOMATE BACALAO CON VERDURITAS PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 8 ALUBIAS ESTOFADAS POLLO ASADO PAN (SIN GLUTEN)/LACTEO | 9 PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO A LA NAPOLITANA TERNERA GUISADA PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | KCAL 763,5 Hidratos (g) 104,1 Lípidos (g) 26,3 Proteínas (g) 27,6 |
| 12 SOPA DE VERDURAS POLLO ASADO CON PATATAS A LO POBRE PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 13 LENTEJAS A LA JARDINERA LOMO AL HORNO PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 14 PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO EN SALSA BOLOÑESA MERLUZA EN SALSA DE ZANAHORIA PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 15 JUDÍAS VERDES SALTEADAS ESTOFADO DE PAVO PAN (SIN GLUTEN)/LACTEO | 16 ALUBIAS GUISADAS TORTILLA DE PATATA CON CEBOLLA PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | KCAL 756,4 Hidratos (g) 105 Lípidos (g) 24,8 Proteínas (g) 28,3 |
| 19 GARBANZOS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSA VIZCAÍNA PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 20 ARROZ A LA CUBANA PECHUGA AL HORNO PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 21 LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS MERLUZA ENCEBOLLADA PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 22 CREMA DE VERDURAS PECHUGA AL LIMÓN PAN (SIN GLUTEN)/LACTEO | 23 PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO POMODORO TORTILLA CASERA DE ATÚN PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | KCAL 739,8 Hidratos (g) 104,9 Lípidos (g) 24,2 Proteínas (g) 25,6 |
| 26 CREMA DE CALABACÍN MAGRO CON CHAMPIÑONES PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 27 LENTEJAS A LA CAMPESINA TORTILLA FRANCESA CON JAMÓN DE YORK PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | 28 PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO CON TOMATE MERLUZA AL HORNO PAN (SIN GLUTEN) / FRUTA | | | KCAL 733,8 Hidratos (g) 102,3 Lípidos (g) 23,8 Proteínas (g) 27,6 |



Visita nuestra web

www.elgustodecrecer.es

