

MES: septiembre-19

MENÚ: 1. CELÍACO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
				6	
9 Guiso de alubias Filete de abadejo en salsa Fruta y pan	10 Crema de zanahoria Pollo asado al tomillo con ensalada Fruta y pan	11 Macarrones sin gluten ni huevo con tomate Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	12 Arroz caldoso de verduras Albóndigas a la jardinera Lácteo y pan	13 Lentejas a la campesina Merluza en salsa vizcaína con ensalada Fruta y pan	kcl: 687,19 Prot: 25,67 HC: 90,65 Lip: 20,23
16 Crema de verduras Magro de cerdo con salteado de arroz Fruta y pan	17 Potaje de garbanzos Merluza al horno con ensalada Fruta y pan	18 Pasta sin gluten ni huevo pomodoro Tortilla alemana con ensalada Fruta y pan	19 Sopa de verduras Hamburguesa con ensalada Lácteo y pan	20 Alubias estofadas con arroz Filete de merluza en salsa marinera Fruta y pan	kcl: 709,97 Prot: 24,57 HC: 94,12 Lip: 23,70
23 Crema de zanahoria Pollo asado en su jugo con ensalada Fruta y pan	24 Lentejas a la castellana Filete de abadejo al horno con verduritas Fruta y pan	25 Menestra salteada Magro estofado en salsa cazadora Fruta y pan	26 Sopa de verduras Cocido con ensalada Lácteo y pan	27 Arroz a la cubana Tortilla de patata con ensalada Fruta y pan	kcl: 686,24 Prot: 24,30 HC: 90,89 Lip: 22,45
30 Macarrones sin gluten ni huevo a la napolitana Filete de merluza en salsa verde con ensalada Fruta y pan					kcl: 690,67 Prot: 25,28 HC: 92,47 Lip: 21,96

**VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)**