

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE 

MES: **marzo - 19**

MENÚ: **CELIACO NO FRUTOS SECOS**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
00000	00000	00000	00000	1 recomendación festivo Sopa de pasta sin gluten Tortilla de patata casera Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 592,08kcal 10,74p 40,62l 55,33hc
4 Ensalada mixta Paella de carne Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 597,12kcal 9,86p 32,73l 58,84hc	5 Pasta sin gluten con tomate Pollo asado al ajillo Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 615,18kcal 14,64p 33,42l 52,67hc	6 Alubias ecológicas a la jardinera Tortilla francesa casera Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 629,49kcal 11,20p 34,63l 53,31hc	7 Cazuela de verduras con fideos sin gluten Merluza en salsa marinera Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 615,18kcal 14,64p 33,42l 52,67hc	8 Lentejas estofadas ecológicas Tortilla de patata casera Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 628,07kcal 13,38p 33,37l 55,18hc
11 Ensalada completa Alubias estofadas con chorizo y morcilla Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 606,49kcal 10,30p 34,84l 55,93hc	12 Crema de calabacín ecológica Albóndigas de ternera y cerdo a la jardinera Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 596,43kcal 9,79p 35,05l 56,35hc	13 Sopa de pasta sin gluten Tortilla de patata y calabacín Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 653,47kcal 11,70p 37,20l 51,95hc	14 Lentejas a la riojana ecológicas con hortalizas Merluza al horno Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 654,71kcal 11,52p 29,15l 57,78hc	15 Pasta sin gluten con tomate Medias lunas de huevo Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 643,61kcal 15,04p 30,25l 54,80hc
18 Crema de verduras ecológica Salchicha de cerdo al horno con patata asada Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 646,57kcal 14,77p 34,37l 50,77hc	19 Alubias ecológicos a la campesina Tortilla francesa casera Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 597,88kcal 14,85p 32,29l 56,70hc	20 Pasta sin gluten con tomate Abadejo al horno Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 684,61kcal 10,23p 32,73l 56,97hc	21 Ensalada mixta Potaje de garbanzos Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 595,56kcal 9,82p 32,65l 57,86hc	22 Arroz en amarillo con verduras rehogadas ecológico Merluza en salsa verde con guisantes Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 663,02kcal 13,79p 33,85l 51,78hc
25 Sopa de pasta sin gluten Tortilla de patata y calabacín casera Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 615,83kcal 14,37p 32,58l 52,86hc	26 Crema de calabaza ecológica Albóndigas de ternera y cerdo a la jardinera Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 629,62kcal 13,15p 34,56l 53,11hc	27 Ensalada completa Pasta sin gluten con tomate Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 621,00kcal 15,47p 37,75l 51,71hc	28 Lentejas estofadas ecológicas Merluza al horno Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 651,17kcal 12,99p 33,71l 54,54hc	29 Arroz caldoso ecológico con verdura Medias lunas de huevo Pan sin gluten y agua Fruta de temporada 621,84kcal 14,47p 30,03l 52,85hc