



MENÚ CELÍACOS ENERO 2019



	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11	KCAL	790
	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA PAN (especial celiaco)	LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURA (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) FILETE DE MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS FRUTA PAN (especial celiaco)	CREMA DE ZANAHORIA ECOLÓGICA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS FRUTA PAN (especial celiaco)	SOPA DE COCIDO (con fideos sin gluten) COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera y patata) YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	HIDRATOS DE CARBONO	95
					PROTEÍNAS	37
					LÍPIDOS	29
LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18	KCAL	876
ARROZ CON TOMATE HUEVOS REVUELTOS CON JAMÓN FRUTA PAN (especial celiaco)	CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA PAN (especial celiaco)	MACARRONES CARBONARA (sin gluten) FILETE DE LENGUADINA A LA ANDALUZA FRUTA PAN (especial celiaco)	JUDÍAS BLANCAS CON CHORIZO (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) CINTA DE LOMO CON PISTO FRUTA PAN (especial celiaco)	JORNADA ALEMANA SOPA DE VERDURAS SALCHICHAS FRANKFURT (sin gluten) CON PATATAS STRUDELL DE MANZANA PAN (especial celiaco)	HIDRATOS DE CARBONO	102
					PROTEÍNAS	31
					LÍPIDOS	34
LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	KCAL	802
TALLARINES CON VERDURAS (sin gluten) ATÚN CON TOMATE FRUTA PAN (especial celiaco)	CREMA DE CALABAZA (con patata, zanahoria, calabaza) HAMBURGUESA CON TOMATE Y PAPAS FRITAS FRUTA PAN (especial celiaco)	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON BACON CROQUETAS DE JAMÓN (sin gluten) YOGUR DE SABORES PAN (especial celiaco)	ARROZ TRES DELICIAS (con zanahoria, huevo y jamón) SUPREMA DE MERLUZA CON CHAMPIÑÓN AL AJILLO FRUTA PAN (especial celiaco)	SOPA DE COCIDO (con fideos sin gluten) COCIDO COMPLETO (garbanzos, ternera y patata) FRUTA PAN (especial celiaco)	HIDRATOS DE CARBONO	101
					PROTEÍNAS	32
					LÍPIDOS	32
LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	JUEVES 31		KCAL	857
GUISANTES SALTEADOS CON JAMÓN LOMO DE CERDO CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA PAN (especial celiaco)	ESPAGUETIS BOLOÑESA (sin gluten) FILETE DE LENGUADINA CON ENSALADA DE LA HUERTA FRUTA PAN (especial celiaco)	LENTEJAS GUIADAS CON CHORIZO (zanahoria, pimiento, cebolla y patata) TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE FRUTA PAN (especial celiaco)	MENÚ DEL ALUMNO CREMA DE CALABACÍN ECOLÓGICO TIRAS DE POLLO (sin gluten) PROFITEROLES CON NATA Y CHOCOLATE PAN (especial celiaco)		HIDRATOS DE CARBONO	102
					PROTEÍNAS	31
					LÍPIDOS	35

