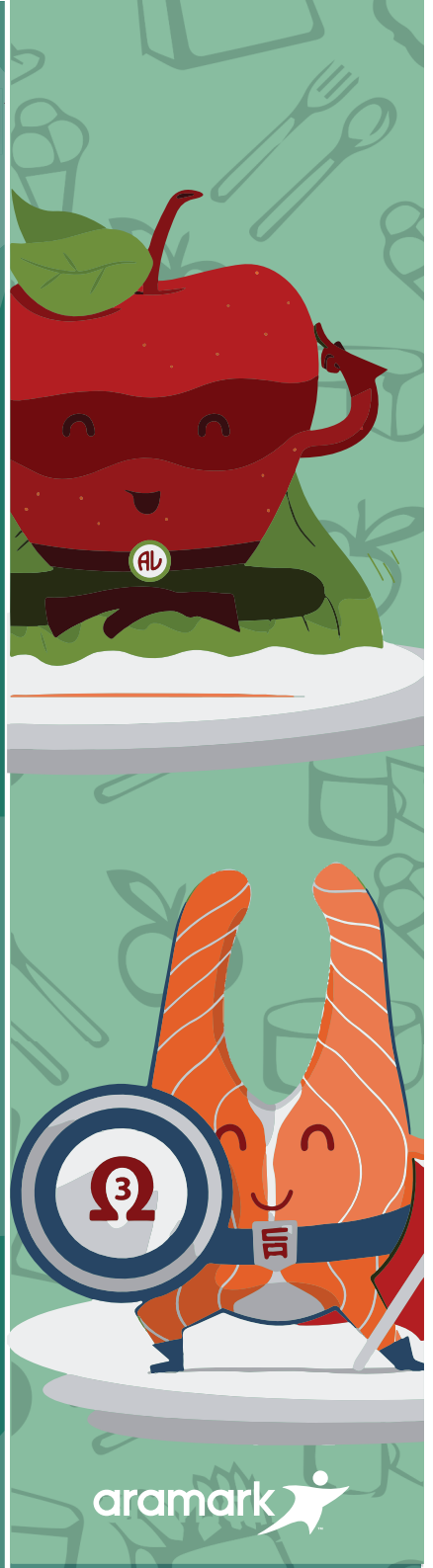
MARZO

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE: aramark

COLEGIO: CELIACO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	VALORACIÓN NUTRICIONAL
			1 FIDEUA (SIN GLUTEN) POLLO ASADO AL ROMERO YOGUR DE SABORES	2 ARROZ CON TOMATE BACALAO AL HORNO CON VERDURAS FRUTA DEL TIEMPO	KCAL Hidratos (g) Lípidos (g) Proteínas (g)
5 FESTIVO	6 PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE ALBONDIGAS SIN GLUTEN CON JARDINERA DE CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO	7 GARBANZOS ESTOFADOS RAPE AL HORNO CON GUISANTES FRUTA DEL TIEMPO	8 MARMITAKO DE ATÚN POLLO ASADO AL LIMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA YOGUR DE SABORES	9 PAELLA DE VERDURAS LENGUADINA AL HORNO CON ENSALADA DE TOMATE FRUTA DEL TIEMPO	KCAL Hidratos (g) Lípidos (g) Proteínas (g)
12 PASTA SIN GLUTEN SALTEADA CON VERDURITAS TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA DE LECHUGA FRUTA DEL TIEMPO	13 CREMA DE CALABACIN PINCHO MORUNO CON ARROZ SALTEADO FRUTA DEL TIEMPO	14 ALUBIAS BLANCAS HAMBURGUESA SIN GLUTEN CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO	15 SOPA DE ARROZ POLLO AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ YOGUR DE SABORES	16 JUDIAS VERDES CON PATATA MERLAN AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO	KCAL Hidratos (g) Lípidos (g) Proteínas (g)
19 PASTA SIN GLUTEN CON TOMATE CHULETA A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO	20 GARBANZOS ESTOFADOS CON ARROZ, ESPINACA Y HUEVO DURO PAVO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ FRUTA DEL TIEMPO	21 ARROZ TRES DELICIAS LOMO DE CAELLA CON TOMATE FRUTA DEL TIEMPO	22 ACELGAS CON PATATA POLLO AL CHILINDRON CON PATATAS DADO YOGUR DE SABORES	23 LENTEJAS ESTOFADAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO	KCAL Hidratos (g) Lípidos (g) Proteínas (g)
26 JUDIAS VERDES CON PATATA ALBONDIGAS SIN GLUTEN CON CHAMPIÑONES FRUTA DEL TIEMPO	27 ARROZ CON POLLO AL CURRY MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS SALTEADAS FRUTA DEL TIEMPO	28 SOPA DE AVE CON FIDEOS SIN GLUTEN HUEVOS REVUELTOS CON ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO	29 SEMANA	30 SANTA	KCAL Hidratos (g) Lípidos (g) Proteínas (g)

Visita nuestra web → www.elgustodecrecer.es