

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>02</p> <p>09 Pasta a la española Sin Gluten Merluza empanada casera sin gluten Ensalada de lechuga y aceitunas Natillas Pan sin gluten En:924kcal/3888Kj; Gr:30g; GrSat:4g; HC:125g; Az:16g; Fib:3g; Pr:37g; Sal:4g; A: T: </p>	<p>03</p> <p>10 Alubias blancas estofadas solo con verduras variadas Tortilla española de patatas Champión laminado Fruta fresca Pan sin gluten En:893kcal/3717Kj; Gr:61g; GrSat:2g; HC:31g; Az:16g; Fib:4g; Pr:53g; Sal:1g; A: T: </p>	<p>04</p> <p>11 Ensalada campera Albóndigas a la hortelana Fruta fresca Pan sin gluten En:438kcal/1846Kj; Gr:8g; GrSat:1g; HC:71g; Az:24g; Fib:11g; Pr:15g; A: T: </p>	<p>05</p> <p>12 Arroz con magro y verdura Filetes de caballa en aceite Ensalada de lechuga y maíz Fruta fresca Pan sin gluten En:756kcal/3187Kj; Gr:20g; GrSat:3g; HC:114g; Az:83g; Fib:2g; Pr:29g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>06</p> <p>13 Judías verdes con tomate Pollo asado al horno Ensalada de lechuga y zanahoria Helado de sabores Pan sin gluten En:479kcal/2004Kj; Gr:25g; HC:14g; Az:6g; Fib:1g; Pr:49g; Sal:3g; A: T: </p>
<p>16 Lentejas de la abuela / estofadas con chorizo Huevos revueltos con pavo Ensalada de lechuga y queso Fruta fresca Pan sin gluten En:472kcal/1980Kj; Gr:20g; GrSat:2g; HC:24g; Az:13g; Fib:2g; Pr:48g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>17 Ensalada de pasta con atún y maíz sin gluten Bacalao a la vizcaina Yogur Pan sin gluten En:727kcal/3073Kj; Gr:13g; GrSat:2g; HC:116g; Az:26g; Fib:1g; Pr:36g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>18 Arroz tres delicias casero Libritos de lomo empanados con queso sin gluten Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca Pan sin gluten En:607kcal/2555Kj; Gr:19g; GrSat:2g; HC:85g; Az:72g; Fib:2g; Pr:23g; Sal:3g; A: T: </p>	<p>19 Crema de calabacín Ragout de pollo a la hortelana Fruta fresca Pan sin gluten En:187194kcal/786704Kj; Gr:6314g; GrSat:401g; HC:7973g; Az:2355g; Fib:1806g; Pr:23581g; Sal:1589g; A: T: </p>	<p>20 Garbanzos a la navarra o estofados con jamón y panceta Bacaladillas a la andaluza sin gluten Ensalada de lechuga y manzana Gelatina de frutas Pan sin gluten En:593kcal/2481Kj; Gr:31g; GrSat:6g; HC:36g; Az:11g; Fib:1g; Pr:42g; A: T: </p>
<p>23 Arroz con tomate y salchichas Tortilla de espinacas Ensalada de lechuga y tiras de york Fruta fresca Pan sin gluten En:697kcal/2940Kj; Gr:17g; GrSat:2g; HC:113g; Az:110g; Fib:2g; Pr:22g; Sal:2g; A: T: </p>	<p>24 Alubias blancas estofadas con chorizo Merluza en salsa con patata hervida Yogur Pan sin gluten En:471kcal/1980Kj; Gr:17g; GrSat:2g; HC:38g; Az:26g; Fib:1g; Pr:41g; A: T: </p>	<p>25 Fideuá de marisco sin gluten Filetes rusos en salsa Guisantes salteados Fruta fresca Pan sin gluten En:830kcal/3481Kj; Gr:36g; GrSat:10g; HC:90g; Az:16g; Fib:3g; Pr:35g; Sal:5g; A: T: </p>	<p>26 Crema de brócoli Filete de pollo empanado sin gluten Ensalada de lechuga y aceitunas Helado de sabores Pan sin gluten En:546kcal/2283Kj; Gr:28g; GrSat:1g; HC:44g; Az:7g; Fib:5g; Pr:27g; Sal:1g; A: T: </p>	<p>27 Sopa de cocido completo sin gluten Segundo de cocido completo Fruta fresca Pan sin gluten En:551kcal/2312Kj; Gr:23g; GrSat:1g; HC:44g; Az:12g; Fib:2g; Pr:41g; Sal:1g; A: T: </p>
<p>30 Pasta con atún sin gluten Sajonia al horno Zanahorias asadas Fruta fresca Pan sin gluten En:902kcal/3805Kj; Gr:22g; GrSat:2g; HC:129g; Az:13g; Fib:2g; Pr:46g; Sal:5g; A: T: </p>				

Este menú contiene alérgenos, en caso de necesitar mayor información sobre los ingredientes y platos suministrados puede contactar con Colectividades M. Maestro S.L. en nutricon@grupomaestro.es

IDENTIFICACIÓN ALÉRGENOS



GLUTEN CRUSTÁCEOS HUEVOS PESCADO CACAHUETE SOJA LÁCTEOS F.CÁSCARA APIO MOSTAZA SÉSAMO SULFITOS ALTRAMUZ MOLUSCOS
A: Alérgenos T: Trazas de alérgenos

Fruta fresca del mes: manzana, pera, plátano, melón y sandía