

MES: XUÑO 2024

MENÚ HIPOCALÓRICO, CELIACO, PLV

Luns

Martes

Mércores

Xoves

Venres

3 GARAVANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS REVOLTO DE CHAMPIÑÓNS ENSALADA DE LEITUGA E ESPÁRRAGOS FROITA E PAN SEN GLUTE	4 ARROZ 3 DELICIAS PESCADA AO ALL CREMAT CHÍCHAROS SALTEADOS FROITA E PAN SEN GLUTE	5 CREMA DE CENORIA POLO ASADO AO LIMÓN ENSALADA VERDE IOGUR SOIA E PAN SEN GLUTE	6 SALTEADO DE BRÓCOLI PASTA sen glute CON BOLOÑESA DE ATÚN FROITA E PAN SEN GLUTE	7 FABAS BRANCAS CON VERDURAS LOMBO Á PRANCHA ARROZ BRANCO FROITA E PAN SEN GLUTE
10 SOPA DE PASTA sen glute PESCADA AO FORNO ENSALADA DE LEITUGA E MILLO FROITA E PAN SEN GLUTE	11 CREMA DE PORROS TENREIRA ESTOFADA A XARDINERA CON ARROZ IOGUR SOIA E PAN SEN GLUTE	12 PASTA sen glute SALTEADA XARDA EN SALSA DE TOMATE ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN SEN GLUTE	13 XUDÍAS CON TOMATE PEITUGA Á PRANCHA PATACAS COCIDAS FROITA E PAN SEN GLUTE	14 FABAS BRANCAS CON VERDURAS TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LEITUGA E CENORIA FROITA E PAN SEN GLUTE
17 VERDURAS SALTEADAS POLO ASADO AO TOMIÑO ENSALADA VERDE FROITA E PAN SEN GLUTE	18 FEIXÓNS ESTOFADOS TORTILLA FRANCESA DE XAMÓN YORK ENSALADA DE LEITUGA E TOMATE FROITA E PAN SEN GLUTE	19 PISTO MEDITERRANEO PESCADA AO FORNO SALTEADO DE PATACA E CENORIA FROITA E PAN SEN GLUTE	20 CREMA DE VERDURAS PASTA sen glute Á BOLOÑESA IOGUR SOIA E PAN SEN GLUTE	21 ARROZ CON TOMATE PALOMETA AO FORNO ENSALADA VARIADA FROITA E PAN SEN GLUTE

VACACIÓNS DE VERÁN

A NOSA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES