

CELÍACO

PASTA SEN GLUTEN

XANEIRO 2022

LUNS 10	MARTES 11	MÉRCORES 12	XOVES 13	VENRES 14
MINESTRA DE VERDURAS	GARAVANZOS VEXETAIS	BRÓCOLI REFOGADO	PAGUETES S/GLUTEN C/SALSA DE TOMATE	XUDÍAS VERDES REFOGADAS
TENREIRA NO SEU XUGO	FORTILLA CON GAMBAS E CHAMPIÑÓN!	SALMÓN Á PRANCHA	PAVO NO SEU XUGO	BACALLAU COCIDO
CON ARROZ E VERDURAS	CON ENSALADA	CON ARROZ E VERDURAS	CON ENSALADA	CON PATACAS E CHÍCHAROS
FROITA	IOGUR	FROITA	FROITA	FROITA
LUNS 17	MARTES 18	MÉRCORES 19	XOVES 20	VENRES 21
CREMA DE VERDURAS	FABAS CON VERDURAS	COLIFLOR REFOGADA	CREMA DE CHÍCHAROS	ENSALADIÑA DE PASTA S/GLUTEN
POLO Á PRANCHA	BACALLAU Á PRANCHA	PESCADA COCIDA	COELLO NO SEU XUGO	FILETE DE ATÚN
CON ENSALADA	CON ARROZ	CON PATACAS COCIDAS	CON ARROZ E VERDURAS	CON ENSALADA
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 24	MARTES 25	MÉRCORES 26	XOVES 27	VENRES 28
CALDO DE REPOLO	GRELOS CON PATACAS	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE PASTA S/GLUTEN	CHÍCHAROS REFOGADOS
PORCO Á PRANCHA	PAVO NO SEU XUGO	PESCADA Á PRANCHA	POLO Á PRANCHA	PESCADA COCIDA
ARROZ CON PEMENTOS	PASTA S/GLUTEN E SALSA DE TOMATE E PATACA COCIDA E ENSALADA DE TOMATE		CON PISTO DE VERDURAS	CON PATACA AO VAPOR
FROITA	FROITA	FROITA	IOGUR	FROITA
LUNS 31	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ				
TORTILLA PAISANA				
CON ENSALADA				
FROITA				

Alimentación Saludable Gallega garante que estes menús foron planificados segundo as indicacións da Xunta de Galicia e van se r elaborados con materias primas de 1ª calidade