

MES: **diciembre-25**

MENÚ: **32. SIN TOMATE**

| Lunes |                                                                                       | Martes |                                                                                            | Miércoles |                                                                                           | Jueves |                                                                                          | Viernes |                                                                                                | I. Nutricional                                        |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1     | Alubias estofadas<br>Salmón al horno<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta y pan sin gluten | 2      | Sopa de ave casera<br>Pechuga al horno<br>Fruta y pan sin gluten                           | 3         | Crema de verduras<br>Revuelto de atún<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta y pan sin gluten    | 4      | Judías verdes con refrito<br>Magro con champiñones<br>Fruta y pan sin gluten             | 5       | Garbanzos con verduras<br>Tortilla francesa<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta y pan sin gluten   | kcl: 695,27<br>Prot: 25,74<br>HC: 90,10<br>Lip: 22,98 |
| 8     | FESTIVO                                                                               | 9      | Guisantes rehogados<br>Tortilla de patata<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta y pan sin gluten | 10        | Menestra salteada<br>Estofado de pavo<br>Fruta y pan sin gluten                           | 11     | Sopa de ave casera<br>Cocido completo<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta y pan sin gluten   | 12      | Arroz salteado<br>Filete de merluza en salsa verde<br>Fruta y pan sin gluten                   | kcl: 678,32<br>Prot: 22,93<br>HC: 88,41<br>Lip: 23,37 |
| 15    | Guiso de alubias con arroz integral<br>Abadejo al horno<br>Fruta y pan sin gluten     | 16     | Verdura tricolor<br>Magro con champiñones<br>Fruta y pan sin gluten                        | 17        | Crema de brócoli<br>Limanda en pepitoria<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta y pan sin gluten | 18     | Guisantes rehogados<br>Tortilla de york<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta y pan sin gluten | 19      | Pasta sin gluten ni huevo<br>Pechuga al horno<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta y pan sin gluten | kcl: 679,72<br>Prot: 25,14<br>HC: 89,92<br>Lip: 19,96 |
| 22    | VACACIONES DE NAVIDAD                                                                 | 23     | VACACIONES DE NAVIDAD                                                                      | 24        | VACACIONES DE NAVIDAD                                                                     | 25     | VACACIONES DE NAVIDAD                                                                    | 26      | VACACIONES DE NAVIDAD                                                                          |                                                       |
| 29    | VACACIONES DE NAVIDAD                                                                 | 30     | VACACIONES DE NAVIDAD                                                                      | 31        | VACACIONES DE NAVIDAD                                                                     |        |                                                                                          |         |                                                                                                |                                                       |

VISITA NUESTRA WEB: [WWW.ELGUSTODECRECER.ES](http://WWW.ELGUSTODECRECER.ES)