

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	I. Nutricional
CELIACO, PESCADO Y HONGOS				<p><b>1</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Tortilla francesa de queso con ensalada Yogur y pan (sin gluten) Stewed lentils Cheese omelette with salad Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>Kcl: 716</p> <p>HC: 66</p> <p>Prot: 34</p> <p>Lip: 36</p>
<p><b>4</b></p> <p>Sopa de pasta (sin gluten) Ragout de pavo con zanahorias salteadas Fruta y pan (sin gluten) Pasta soup (gluten free) Turkey stew with sautéed carrots Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>5</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Huevos revueltos con ensalada tricolor (lechuga, zanahoria y maíz) Postre lácteo y pan (sin gluten) Beans with vegetables Scrambled eggs with tricolor salad (lettuce, carrots &amp; sweetcorn) Dairy dessert and bread (gluten free)</p>	<p><b>6</b></p> <p>Pasta (sin gluten) con queso Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with cheese Chicken breast with lettuce and beets Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>7</b></p> <p>Crema de legumbres Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan (sin gluten) Cream of legumes Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>8</b></p> <p>Patatas estofadas con magro Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten) Pork &amp; potato stew Grilled tenderloin with lettuce &amp; tomatoes Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>Kcl: 707</p> <p>HC: 71</p> <p>Prot: 30</p> <p>Lip: 31</p>
<p><b>11</b></p> <p>Pasta (sin gluten) con queso Pechuga de pollo a la plancha con ensalada primavera (lechuga, tomate y maíz) Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with cheese Chicken breast with spring salad (lettuce, tomatoes &amp; sweetcorn) Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>12</b></p> <p>Crema de calabacín Lomo a la plancha con ensalada Postre lácteo y pan (sin gluten) Zucchini cream Grilled tenderloin with salad Dairy dessert and bread (gluten free)</p>	<p><b>13</b></p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>14</b></p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Jamoncitos de pollo al chilindrón con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Green beans with potatoes Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>15</b></p> <p>Paella de carne Tortilla francesa de jamón york con ensalada de tomate con orégano Yogur y pan (sin gluten) Meat paella Cooked ham omelette with tomatoes with oregano Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p>Kcl: 734</p> <p>HC: 78</p> <p>Prot: 31</p> <p>Lip: 32</p>
<p><b>18</b></p> <p>Lentejas estofadas con verduras Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas negras Fruta y pan (sin gluten) Stewed lentils Grilled tenderloin with lettuce &amp; olives Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>19</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Filete de ternera con guisantes salteados Yogur y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Beef steak with sautéed peas Yoghurt and bread (gluten free)</p>	<p><b>20</b></p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan (sin gluten) Beans with vegetables Spanish potato omelette with salad Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>21</b></p> <p>Coliflor salteada con queso Pollo asado con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten) Sautéed cauliflower with cheese Grilled chicken with french fries Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>22</b></p> <p>Pasta (sin gluten) con queso Bistec de magro a la plancha con ensalada verde (lechuga, pimienta verde y aceituna) Natillas y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with cheese Pork steak with green salad (lettuce, green peppers &amp; olives) Custard and bread (gluten free)</p>	<p>Kcl: 749</p> <p>HC: 80</p> <p>Prot: 32</p> <p>Lip: 33</p>
<p><b>25</b></p> <p>Crema de zanahoria Salchichas frescas al horno con ensalada Fruta y pan (sin gluten) Carrot cream Baked fresh sausage with salad Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>26</b></p> <p>Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Gelatina y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Jelly and bread (gluten free)</p>	<p><b>27</b></p> <p>Arroz tres delicias Filete de pollo al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan (sin gluten) Chinese fried rice Baked chicken with lettuce &amp; tomatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p><b>28</b></p> <p>Lentejas a la riojana Lacón a la gallega con patatas al vapor Fruta y pan (sin gluten) Rioja style lentils Lacón pork shoulder with potatoes with steamed potatoes Fruit and bread (gluten free)</p>	<p>Kcl: 725</p> <p>HC: 91</p> <p>Prot: 30</p> <p>Lip: 28</p>	