

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
			- Día 1 -	- Día 2 -
- Día 5 - Arroz con verduras Pechuga de pavo con pimientos Pan sin gluten y Fruta Kcal:478 Prot:25,4 Lip:10,7 HC:67,3	- Día 6 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) Jamoncitos de pollo con patatas Pan sin gluten y Yogur natural azucarado Kcal:483 Prot:23,2 Lip:14,2 HC:63,4	- Día 7 - Crema de calabaza Hamburguesa de vacuno 100% al horno Pan sin gluten y Fruta Kcal:555 Prot:21,2 Lip:27,3 HC:55	- Día 8 - Acelgas rehogadas con zanahoria baby Tortilla española c/ Lechuga y remolacha Pan sin gluten y Fruta Kcal:445 Prot:10,4 Lip:15,5 HC:60,9	- Día 9 - Arroz con pollo Filete de merluza en salsa con verduritas c/ Lechuga y maíz Pan sin gluten y Fruta Kcal:428 Prot:16,4 Lip:10,7 HC:62,9
- Día 12 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) Filete de pollo al horno con calabacin Pan sin gluten y Yogur sabor Kcal:474 Prot:29,9 Lip:10,8 HC:62,3	- Día 13 - Paella mixta Tortilla francesa c/ Lechuga Pan sin gluten y Fruta Kcal:508 Prot:15,1 Lip:14,2 HC:75,5	- Día 14 - Ensalada de pasta sin gluten (pasta, atun, zanahoria, y maíz) Filete de merluza en salsa con tiras de pimientos Pan sin gluten y Fruta Kcal:581 Prot:23,1 Lip:12,3 HC:89,4	- Día 15 - Garbanzos con espinacas Salchichas de pavo con jardinera de verduras Pan sin gluten y Fruta Kcal:700 Prot:28,1 Lip:24,9 HC:86,9	- Día 16 - Crema de verduras Hamburguesa de vacuno 100% al horno con patatas Pan sin gluten y Fruta Kcal:557 Prot:21,3 Lip:27,3 HC:55,5
- Día 19 - Crema de guisantes Tortilla española c/ Lechuga Pan sin gluten y Fruta Kcal:481 Prot:12,3 Lip:15,3 HC:68,4	- Día 20 - Arroz blanco con salsa de tomate Jamoncitos de pollo con verduras Pan sin gluten y Yogur natural azucarado Kcal:628 Prot:24,1 Lip:16,8 HC:83,7	- Día 21 - Garbanzos estofados con verduras Bacalao en salsa con daditos de calabaza Pan sin gluten y Fruta Kcal:509 Prot:46,8 Lip:11,3 HC:54,7	- Día 22 - Crema vichy Lomo de sajonia encebollada con calabacin Pan sin gluten y Fruta Kcal:405 Prot:19,5 Lip:9,2 HC:57,6	- Día 23 - Pasta (sin gluten/huevo) Filete de merluza al horno c/ Patatas fritas Pan sin gluten y Fruta Kcal:431 Prot:12,5 Lip:18,4 HC:50,1
- Día 26 - Crema de judias verdes Ragout de ternera en salsa con patatas Pan sin gluten y Yogur sabor Kcal:599 Prot:21,3 Lip:23,6 HC:71,9	- Día 27 - Salteado de brocoli y zanahoria Bacalao en salsa con guisantes Pan sin gluten y Fruta Kcal:370 Prot:15,9 Lip:11,4 HC:47,2	- Día 28 - Patatas guisadas con verduras Pollo asado al limon c/ lechuga y remolacha Pan sin gluten y Yogur natural azucarado Kcal:528 Prot:23,9 Lip:14,3 HC:72,7	- Día 29 - Pasta (sin gluten/huevo) Filete de merluza a la gallega Pan sin gluten y Fruta Kcal:329 Prot:14 Lip:7,5 HC:47,9	- Día 30 - Sopa (pasta sin gluten/huevo) Cocido madrileño completo Pan sin gluten y Fruta Kcal:554 Prot:20,4 Lip:20,6 HC:73,2

