

CELÍACO

XUÑO 2022

PASTA SEN GLUTEN

LUNS

MARTES

MÉRCORES 1

XOVES 2

VENRES 3

A (tomate, leituga, cebola, queixo fresco)

POLO AO FORNO

ARROZ E VERDURAS

FROITA

CREMA DE VERDURA

PESCADA AO FORNO

PATACAS E TOMATE

FROITA

SOPA XULIANA CON FIDEOS S/GL

ALMORZADA DE GARAVANZOS CON XOUBAS E ARROZ

FROITA

LUNS 6

MARTES 7

MÉRCORES 8

XOVES 9

VENRES 10

CREMA FRÍA DE PORROS E PATACAS

COELLO NO SEU XUGO

TALLARÍNS S/GL AO ALLO

IOGUR

ENSALADA PASTA S/GLUTEN

PESCADA Á PRANCHA

ALMORZADA (remolacha, millo, cenoria e cebola)

FROITA

ENSALADA CLÁSICA C/ OVO COCIDO

PEITUGA DE POLO

PATACA COCIDA

FROITA

BRÓCOLI REFOGADO

TENREIRA NO SEU XUGO

ARROZ E VERDURAS

FROITA

ENSALADA RUSA

SALMÓN (á prancha)

LEITUGA E TOMATE

FROITA

LUNS 13

MARTES 14

MÉRCORES 15

XOVES 16

VENRES 17

ENSALADA CON LEITUGA, MAZÁ E PASA XUDÍAS VERDES CON SALSA DE TOMATE E ALLIÓ. ENSALADA DE TOMATES CON MEXILLÓN E VERDURAS

OVOS ESCALFADOS

ARROZ CON CHÍCHAROS E TOMATE

FROITA

PALOMETA Á PRANCHA

LEITUGA, TOMATE E CEBOLA

FROITA

TENREIRA NO SEU XUGO

PATACAS COCIDAS

IOGUR

POLO NO SEU XUGO

PASTA S/GL REFOGADA E VERDURA

FROITA

CREMA DE VERDURAS

BACALLAU COCIDO

ARROZ, CHÍCHAROS E CENORIAS

FROITA

LUNS 20

MARTES 21

MÉRCORES 22

XOVES

VENRES

SALADA DE REMOLACHA, MILLO, CENORIA E TOMATE

TENREIRA NO SEU XUGO

PASTA S/GL REFOGADA E VERDURA

FROITA

CREMA DE CHÍCHAROS

ALMORZADA DE POLO, LEITUGA, REMOLACHA, MAZÁ E TOMATE

IOGUR

MINISTRA DE VERDURAS

ALMORZADA DE TIRAS FRITAS (harina de maíz)

ARROZ BRANCO

FROITA

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