



SIN GLUTEN

DICIEMBRE de 2021

Elaborado por Fidel Salazar Cueto, diplomado en Nutrición Humana y Dietética - Nº de Colegiado AND-00196

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

		519Kcal P: 14% HC: 50% L: 36% 1	521Kcal P: 13% HC: 53% L: 33% 2	528Kcal P: 17% HC: 52% L: 31% 3	4	5
		•CAZUELA DE FIDEOS SIN GLUTEN C/ ABADJO •JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO •ENSALADA LECHUGA Y ZANAHORIA •FRUTA DEL TIEMPO	•CREMA VERDURAS (calabacín, puerro...) •POLLO SALSA DE TOMATE (tomate triturado, cebolla, ajo...) •PATATAS HORNO •FRUTA DEL TIEMPO	•POTAJE CALABAZA C/ GARBANZOS (pimiento, zanahoria...) •BACALAO EN SALSA VERDE (guisantes, ajo, perejil...) •YOGUR DE FRUTAS		
6	501Kcal P: 18% HC: 52% L: 28% 7		442Kcal P: 16% HC: 46% L: 37% 9	608Kcal P: 12% HC: 50% L: 39% 10	11	12
	•LENTEJAS CON VERDURA (patatas, j.verdes, pimientos...) •MERLUZA RIOJANA (pimiento, cebolla, tomate...) •FRUTA DEL TIEMPO		•SOPA DE PICADILLO sin gluten •LOMO ADOBADO AL HORNO •ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA •FRUTA DEL TIEMPO	•MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN •GALLO PEDRO AL HORNO (ajo, perejil...) •PATATAS HORNO •YOGUR DE FRUTAS		
488Kcal P: 17% HC: 53% L: 27% 13	507Kcal P: 12% HC: 55% L: 35% 14	503Kcal P: 10% HC: 51% L: 42% 15	504Kcal P: 14% HC: 54% L: 31% 16	517Kcal P: 20% HC: 47% L: 31% 17	18	19
•ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimiento...) •CUAJADERA DE ABADJO (tomate, cebolla...) •FRUTA DEL TIEMPO	•GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, zanahorias...) •JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO •ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA •FRUTA DEL TIEMPO	•MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN •TORTILLA FRANCESA •FRUTA DEL TIEMPO	•CREMA VERDURAS (calabacín, puerro...) •ASADILLO DE POLLO (zanahoria, champiñón...) •FRUTA DEL TIEMPO	•GUISILLO DE MAGRA (patata, cebolla, pimiento...) •HALIBUT HORNO CON MENESTRA (j.verdes, coliflor...) •ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ •YOGUR DE FRUTAS		
571Kcal P: 12% HC: 52% L: 44% 20	608Kcal P: 13% HC: 48% L: 38% 21	438Kcal P: 20% HC: 42% L: 38% 22	486Kcal P: 12% HC: 53% L: 35% 23	24	25	26
•MACARRONES BOLOÑESA SIN GLUTEN •TORTILLA FRANCESA •FRUTA DEL TIEMPO	•CAZUELA ARROZ C/ POLLO (guisantes, cebolla, tomate...) •BACALAO AL HORNO •PISTO DE VERDURAS (calabacín, berenjena...) •FRUTA DEL TIEMPO	•COCIDO ANDALUZ (patatas, j.verdes...) •POLLO AL HORNO (tomillo, ajo, laurel...) •FRUTA DEL TIEMPO	•CREMA NARANJA (calabaza, zanahoria...) •LOMO SAJONIA AL HORNO •PATATAS FRITAS •FRUTA DEL TIEMPO			
510Kcal P: 11% HC: 50% L: 43% 27	381Kcal P: 14% HC: 55% L: 33% 28	539Kcal P: 16% HC: 47% L: 36% 29	507Kcal P: 22% HC: 46% L: 29% 30	31		
•ARROZ CON TOMATE FRITO •GALLO PEDRO AL HORNO (ajo, perejil...) •MENESTRA VERDURAS COCIDA (zanahorias, j.verdes, coliflor y •FRUTA DEL TIEMPO	•COCIDO ANDALUZ (patatas, j.verdes...) •JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO •FRUTA DEL TIEMPO	•TORTILLA FRANCESA •ENSALADA LECHUGA Y ZANAHORIA •FRUTA DEL TIEMPO	•ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimiento...) •GALLO PEDRO HORNO •FRUTA DEL TIEMPO			

GLOBAL colectividades
SERVICIO DE CATERING

Calle Salvador Dali, 7 Huércal de Almería, 04230, Almería
950650150 - at.cliente@globalcolectividades.es - www.globalcolectividades.es