GLOBAL colectividades

SIN GLUTEN

FEBRERO de 2022

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

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	614Kcal P: 13% HC: 48% L: 39% **1** ▪CAZUELA ARROZ C/ POLLO (guisantes, cebolla, tomate…) ▪GALLO PEDRO AL HORNO ▪PISTO DE VERDURAS (calabacín, berenjena…) ▪FRUTA DEL TIEMPO	*438Kcal P: 20% HC: 42% L: 38%* **2** ▪COCIDO ANDALUZ (patatas, j.verdes…) ▪POLLO AL HORNO (tomillo, ajo, laurel…) ▪FRUTA DEL TIEMPO	*486Kcal P: 12% HC: 53% L: 35%* **3** ▪CREMA NARANJA (calabaza, zanahoria….) ▪LOMO SAJONIA AL HORNO ▪PATATAS FRITAS ▪FRUTA DEL TIEMPO	*558Kcal P: 13% HC: 58% L: 26%* **4** ▪LENTEJAS CON ARROZ (j.verdes, tomate…) ▪TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN AL HORNO ▪YOGUR DE FRUTAS	**5**	**6**
509Kcal P: 11% HC: 50% L: 43% **7** ▪ARROZ CON TOMATE FRITO ▪GALLO PEDRO AL HORNO ▪MENESTRA VERDURAS COCIDA (zanahorias, j.verdes, coliflor y ▪FRUTA DEL TIEMPO	*381Kcal P: 14% HC: 55% L: 33%* **8** ▪COCIDO ANDALUZ (patatas, j.verdes…) ▪JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO ▪FRUTA DEL TIEMPO	*539Kcal P: 16% HC: 47% L: 36%* **9** ▪GUISO DE POLLO (guisantes, zanahorias…) ▪TORTILLA FRANCESA ▪ENSALADA LECHUGA Y ZANAHORIA ▪FRUTA DEL TIEMPO	*507Kcal P: 22% HC: 46% L: 29%* **10** ▪ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimiento…) ▪GALLO PEDRO HORNO ▪FRUTA DEL TIEMPO	*561Kcal P: 14% HC: 45% L: 39%* **11** ▪CREMA DE CALABAZA (cebolla, puerro, zanahoria…) ▪POLLO AMARILLO (hierbas provenzales…) ▪PATATAS HORNO ▪YOGUR DE FRUTAS	**12**	**13**
481Kcal P: 13% HC: 55% L: 33% **14** ▪GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, zanahorias...) ▪LOMO ADOBADO AL HORNO ▪MENESTRA DE VERDURAS COCIDAS ▪FRUTA DEL TIEMPO	*468Kcal P: 11% HC: 47% L: 40%* **15** ▪SOPA DE FIDEOS SIN GLUTEN C/POLLO ▪TORTILLA DE PATATAS AL HORNO ▪ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA ▪FRUTA DEL TIEMPO	*472Kcal P: 18% HC: 56% L: 28%* **16** ▪MACARRONES SIN GLUTEN CON ATÚN ▪ABADEJO EN SALSA VERDE (ajo, perejil…) ▪FRUTA DEL TIEMPO	*505Kcal P: 12% HC: 54% L: 33%* **17** ▪CREMA DE CALABACÍN (calabacín, patata…) ▪POLLO JARDINERA (guisantes, zanahorias, champiñón…) ▪PATATAS FRITAS ▪FRUTA DEL TIEMPO	*537Kcal P: 18% HC: 51% L: 29%* **18** ▪LENTEJAS CON VERDURA (patatas, j.verdes, pimientos…) ▪ABADEJO HORNO ▪ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS ▪YOGUR DE FRUTAS	**19**	**20**
548Kcal P: 14% HC: 49% L: 47% **21** ▪PATATAS AJOPOLLO SIN GLUTEN NI P.VACA ▪LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, hierbas…) ▪FRUTA DEL TIEMPO	*502Kcal P: 13% HC: 47% L: 36%* **22** ▪ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimiento…) ▪TORTILLA FRANCESA ▪ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ ▪FRUTA DEL TIEMPO	*519Kcal P: 14% HC: 50% L: 36%* **23** ▪CAZUELA DE FIDEOS SIN GLUTEN C/ ABADEJO ▪JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO ▪ENSALADA LECHUGA Y ZANAHORIA ▪FRUTA DEL TIEMPO	*521Kcal P: 13% HC: 53% L: 33%* **24** ▪CREMA VERDURAS (calabacín, puerro…) ▪POLLO SALSA DE TOMATE (tomate triturado, cebolla, ajo…) ▪PATATAS HORNO ▪FRUTA DEL TIEMPO	*521Kcal P: 17% HC: 52% L: 32%* **25** ▪POTAJE CALABAZA C/ GARBANZOS (pimiento, znahoria…) ▪BACALAO EN SALSA VERDE (ajo, perejil…) ▪YOGUR DE FRUTAS	**26**	**27**
28						

GLOBAL colectividades
SERVICIO DE CATERING
Calle Salvador Dalí, 7 Huércal de Almería, 04230, Almería
950650150 - at.cliente@globalcolectividades.es - www.globalcolectividades.es