



SIN GLUTEN

MAYO 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

1

2 445Kcal P: 13% HC: 45% L: 42% •COCIDO ANDALUZ (patatas, j.verdes...) •JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO •FRUTA DEL TIEMPO	3 539Kcal P: 16% HC: 46% L: 36% •GUIISO DE POLLO (guisantes, zanahorias...) •TORTILLA FRANCESA •ENSALADA LECHUGA Y ZANAHORIA •FRUTA DEL TIEMPO	4 506Kcal P: 22% HC: 46% L: 29% •ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimienta...) •GALLO PEDRO HORNO •FRUTA DEL TIEMPO	5 561Kcal P: 14% HC: 45% L: 39% •CREMA DE CALABAZA (cebolla, puerro, zanahoria...) •POLLO AMARILLO (hierbas provenzales...) •PATATAS HORNO •YOGUR DE FRUTAS	6	7	8
526Kcal P: 11% HC: 51% L: 39% 9 •GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, zanahorias...) •LOMO ADOBADO AL HORNO •MENESTRA DE VERDURAS COCIDAS •FRUTA DEL TIEMPO	470Kcal P: 10% HC: 47% L: 41% 10 •SOPA DE FIDEOS SIN GLUTEN C/POLLO •TORTILLA DE PATATAS AL HORNO •ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA •FRUTA DEL TIEMPO	476Kcal P: 17% HC: 56% L: 28% 11 •MACARRONES SIN GLUTEN CON ATÚN •ABADEJO EN SALSA VERDE (ajo, perejil...) •FRUTA DEL TIEMPO	505Kcal P: 12% HC: 54% L: 33% 12 •CREMA DE CALABACÍN (calabacín, patata...) •POLLO JARDINERA (guisantes, zanahorias, champiñón...) •PATATAS FRITAS •FRUTA DEL TIEMPO	535Kcal P: 18% HC: 50% L: 29% 13 •LENTEJAS CON VERDURA (patatas, j.verdes, pimientos...) •ABADEJO HORNO •ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS •YOGUR DE FRUTAS	14	15
548Kcal P: 14% HC: 49% L: 47% 16 •PATATAS AIOPOLLO SIN GLUTEN NI P.VACA •LOMO HORNO EN SU SALSA (cebolla, hierbas...) •FRUTA DEL TIEMPO	502Kcal P: 13% HC: 47% L: 37% 17 •ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimienta...) •TORTILLA FRANCESA •ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ •FRUTA DEL TIEMPO	586Kcal P: 13% HC: 43% L: 43% 18 •CAZUELA DE FIDEOS SIN GLUTEN C/ ABADEJO •JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO •ENSALADA LECHUGA Y ZANAHORIA •FRUTA DEL TIEMPO	542Kcal P: 15% HC: 51% L: 33% 19 •CREMA VERDURAS (calabacín, puerro...) •POLLO SALSA DE TOMATE (tomate triturado, cebolla, ajo...) •PATATAS HORNO •FRUTA DEL TIEMPO	520Kcal P: 17% HC: 51% L: 32% 20 •POTAJE CALABAZA C/ GARBANZOS (pimiento, znahoria...) •BACALAO EN SALSA VERDE (ajo, perejil...) •YOGUR DE FRUTAS	21	22
389Kcal P: 13% HC: 55% L: 31% 23 •CREMA NARANJA (calabaza, zanahoria....) •POLLO JARDINERA (guisantes, zanahorias, champiñón...) •FRUTA DEL TIEMPO	501Kcal P: 18% HC: 51% L: 28% 24 •LENTEJAS CON VERDURA (patatas, j.verdes, pimientos...) •MERLUZA RIOJANA (pimiento, cebolla, tomate...) •FRUTA DEL TIEMPO	471Kcal P: 11% HC: 44% L: 44% 25 •COCIDO CON BERZA (patata, j.verdes, garbanzo...) •TORTILLA DE PATATAS AL HORNO •ENSALADA DE LECHUGA Y BROTES DE SOJA •FRUTA DEL TIEMPO	525Kcal P: 14% HC: 45% L: 41% 26 •SOPA DE PICADILLO SIN GLUTEN •LOMO ADOBADO AL HORNO •ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA •FRUTA DEL TIEMPO	610Kcal P: 12% HC: 50% L: 39% 27 •MACARRONES NAPOLITANA SIN GLUTEN •GALLO PEDRO AL HORNO •PATATAS HORNO •YOGUR DE FRUTAS	28	29
488Kcal P: 17% HC: 53% L: 27% 30 •ALUBIAS CON VERDURAS (patata, cebolla, pimienta...) •CUAJADERA DE ABADEJO (tomate, cebolla...) •FRUTA DEL TIEMPO	571Kcal P: 12% HC: 47% L: 42% 31 •GARBANZOS CON ARROZ (j.verdes, zanahorias...) •JAMÓN COCIDO Y QUESO FRESCO •ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA •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		