

Diciembre 2023

CELIACO - PALOMERAS BAJAS

Parga y López

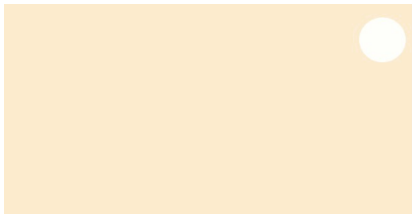
Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

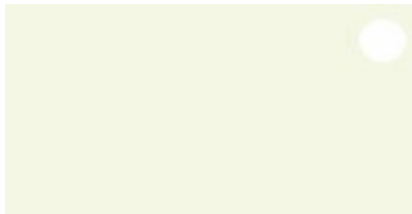
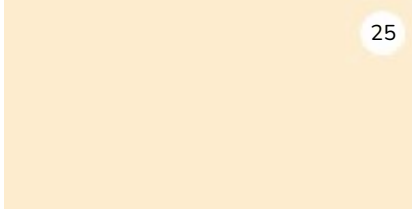
Viernes



Guisantes rehogados con cebolla 4
Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y remolacha (3, 13)
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 607 / Prot 21 / Lip 31 / H.C. 61

Judías verdes rehogadas con jamón serrano (2)
Lacón al horno con cachelos 11
Piña en su jugo
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 773 / Prot 33 / Lip 27 / H.C. 99

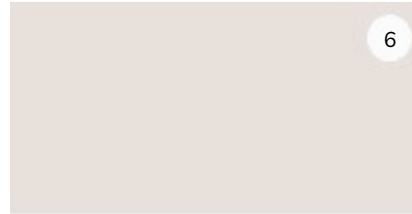
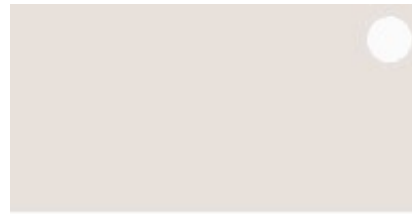
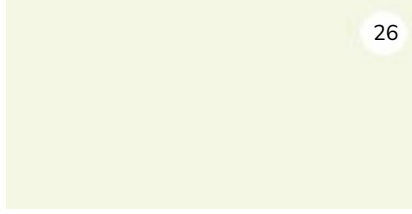
Macarrones (sin gluten) gratinados con queso y tomate (2) 18
Merluza al horno con ensalada lechuga, zanahoria (4, 13)
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 730 / Prot 38 / Lip 22 / H.C. 95



Sopa de picadillo (pasta sin gluten) (3) 5
Pollo asado con patatas panadera
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 648 / Prot 49 / Lip 18 / H.C. 72

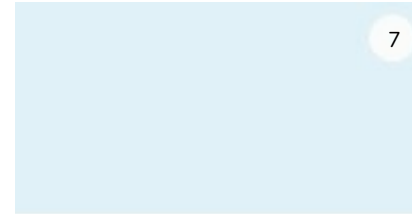
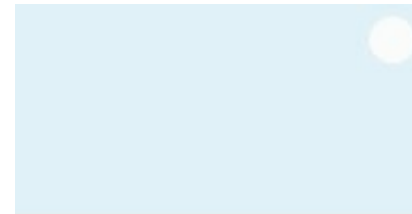
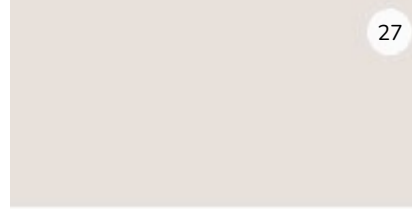
Espaguetis (sin gluten) gratinados con queso y tomate (2) 12
Salmón al horno con verduritas salteada (4)
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 711 / Prot 32 / Lip 23 / H.C. 94

Puchero de garbanzos con chorizo y arroz 19
Tortilla calabacín con ensalada de lechuga y quinoa (3, 13)
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 807 / Prot 36 / Lip 32 / H.C. 93



Sopa de cocido con fideos (sin gluten) 13
Cocido completo con morcillo, chorizo, patata, repollo
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 598 / Prot 22 / Lip 16 / H.C. 93

Crema de calabaza y patata 20
Filete de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate (13)
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 724 / Prot 20 / Lip 40 / H.C. 71

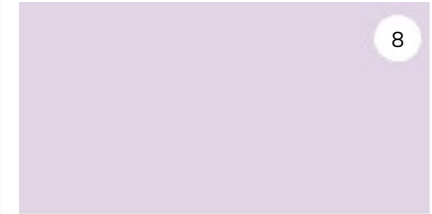


Crema de zanahoria y patatas 14
Bacalao rebozado (harina sin gluten) con pinto (3, 4)
Yogur natural (2)
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 653 / Prot 34 / Lip 29 / H.C. 64

Judías blancas guisadas con chorizo 21
Bacalao al horno con pinto (4)
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 730 / Prot 37 / Lip 21 / H.C. 99



Sopa de cocido con fideos (sin gluten) 1
Cocido completo con morcillo, chorizo, patata, repollo
Yogur (2)
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 588 / Prot 26 / Lip 19 / H.C. 80



Arroz blanco con salsa de tomate 15
Pollo guisado con champiñón y patatas dado
Fruta de temporada
Pan (sin gluten) (3)
Kcal 724 / Prot 24 / Lip 30 / H.C. 90



ALÉRGENOS

- | | | |
|---------------|-----------------------------|---------------------|
| 1 / GLUTEN | 6 / MOLUSCOS | 11 / MOSTAZA |
| 2 / LECHE | 7 / CACAHUETE | 12 / SÉSAMO |
| 3 / HUEVO | 8 / SOJA | 13 / SULFITOS Y SO2 |
| 4 / PESCADO | 9 / FRUTOS SECOS DE CÁSCARA | 14 / ALTRAMUCES |
| 5 / CRUSTÁCEO | 10 / APIO | |



Más información [pargaylopez.com](https://www.pargaylopez.com)

@pargaylopez

