

Diciembre 2024

SIN HUEVO PALOMERAS BAJAS

Parga y López

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Guisantes rehogados con cebolla
Filete de cerdo con ensalada de lechuga, tomate y remolacha (13) **2**

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 682 / Prot 23 / Lip 42 / H.C. 53

Sopa de fideos sin huevo
Merluza al horno con calabaza asada (4) **3**

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 558 / Prot 27 / Lip 29 / H.C. 46

Espirales sin huevo al pesto (2)
Cinta de lomo adobada con verduras salteadas **4**

Yogur (2)
Pan integral (1, 8, 12)
Kcal 737 / Prot 28 / Lip 42 / H.C. 61

Judías verdes rehogadas con ajo y pimentón **5**
Pollo guisado con patatas dado

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 651 / Prot 25 / Lip 29 / H.C. 72

FESTIVO **6**

Kcal 0 / Prot 0 / Lip 0 / H.C. 0

Lentejas ecológicas guisadas con verduras (1) **9**
Filete de Sajonia con ensalada de lechuga, tomate y remolacha (13)

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 619 / Prot 31 / Lip 15 / H.C. 90

Espaguetis sin huevo napolitana con tomate natural **10**
Filete contramuslo con tomate y cebolla (13)

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 791 / Prot 40 / Lip 26 / H.C. 100

Brócoli de Flory
Bacalao al horno con patatas dado (4, 13) **11**

Fruta de temporada
Pan integral (1, 8, 12)
Kcal 554 / Prot 22 / Lip 22 / H.C. 66

Sopa de cocido con fideos sin huevo (13) **12**
Cocido completo con morcillo, chorizo, patata, repollo (13)

Yogur (2)
Pan (1, 8, 12)
Kcal 588 / Prot 26 / Lip 19 / H.C. 80

Crema de zanahoria (13) **13**
Salmón al horno con arroz salteado (4)

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 646 / Prot 29 / Lip 19 / H.C. 89

Patatas guisadas con verduras (13) **16**
Merluza enharinada con ensalada de tomate y orégano (1, 4, 13)

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 628 / Prot 22 / Lip 23 / H.C. 85

Judías pintas estofadas con verduras (13) **17**
Filete de pollo a la plancha con ensalada de lechuga y quinoa (13)

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 630 / Prot 36 / Lip 18 / H.C. 81

Lombarda rehogada con patata cocida (13) **18**
Lacón al horno con cachelos (13)

Fruta de temporada
Pan integral (1, 8, 12)
Kcal 553 / Prot 21 / Lip 22 / H.C. 69

Arroz blanco con salsa de tomate **19**
Rape enharinado con ensalada lechuga, tomate, zanahoria (1, 4, 13)

Fruta de temporada
Pan (1, 8, 12)
Kcal 599 / Prot 19 / Lip 23 / H.C. 78

Sopa navideña estrellitas, jamón sin huevo **20**
Hamburguesa de pollo con tomate frit y patatas fritas (13)

Postre especial sin huevo (1, 2, 7, 9)
Pan (1, 8, 12)
Kcal 693 / Prot 30 / Lip 24 / H.C. 74

VACACIONES DE NAVIDAD **23**

Kcal 0 / Prot 0 / Lip 0 / H.C. 0

VACACIONES DE NAVIDAD **24**

Kcal 0 / Prot 0 / Lip 0 / H.C. 0

VACACIONES DE NAVIDAD **25**

Kcal 0 / Prot 0 / Lip 0 / H.C. 0

VACACIONES DE NAVIDAD **26**

Kcal 0 / Prot 0 / Lip 0 / H.C. 0

VACACIONES DE NAVIDAD **27**

Kcal 0 / Prot 0 / Lip 0 / H.C. 0

ALÉRGENOS

- 1 / GLUTEN
- 2 / LECHE
- 3 / HUEVO
- 4 / PESCADO
- 5 / CRUSTÁCEO
- 6 / MOLUSCOS

- 7 / CACAHUETE
- 8 / SOJA
- 9 / FRUTOS SECOS DE CÁSCA
- 10 / APIO
- 11 / MOSTAZA
- 12 / SÉSAMO

- 13 / SULFITOS Y SO2
- 14 / ALTRAMUCES



Más información pargaylopez.com

@pargaylopez

