



## Menú basal bajo en grasa y sal

	1º SEMANA (01-07abr) (29-05may)(27-02jun)(24-30jun)	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA CON LEGUMBRES												X		
Almuerzo	tallarines orientales con verduras y jamón york	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	sopa de HORTALIZAS	X					X		X	X	X	X	X		X
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATES ALIÑADOS			X			X		X	X	X	X	X		
Kcal	FRUTA														
Martes	CALDO DE MILLO CON ZANAHORIAS Y CALBACIN	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	pollo MECHADO con arroz	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT						X	X	X						
Cena	CREMA CANARIA												X		X
	pizza casera cuatro estaciones	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA														
Miércoles	PURE DE CALABAZA												X		X
Almuerzo	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X		X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	tortilla de espinacas con ratatouille			X			X		X	X	X	X			X
Kcal	FRUTA														
Jueves	SOPA JULIANA	X					X		X	X	X	X	X		X
	CHULETAS DE CERDO CON SALSA DE PIÑA Y PAPAS GUIADAS	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	Pure castellano empanada gallega tradicional	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	Fruta												X		X
Viernes	POTAJE CANARIO												X		
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON VERDURAS Y TERNERA	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	fruta														
Cena	salpicon de caballa con pepino y cebolla				X		X		X	X	X	X	X		X
	tortilla española AL HORNO			X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Sábado	POLLO ASADO AL LIMÓN						X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	con salteado de verduras y papas	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	BOCADILLO DE PATA CON CEBOLLA POCHADA Y VEGETALES	X					X		X	X	X	X	X		X
	YOGURT							X	X						
Kcal	FRUTA														
Domingo	Ensalada de la huerta						X	X	X	X	X	X	X		X
Almuerzo	Garbanzada canaria	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	PIÑA EN SU JUGO												X		X
Cena	PESCADO AL HORNO CON SALSA VERDE	X			X		X		X	X	X	X	X		X
	TOMATES ASADOS Y PAPITAS GUIADAS												X		X
9999 Kcal	FRUTA														

	2º SEMANA (08-14abr)(06-12may)(03-09jun)	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE LA ABUELA												X		X
Almuerzo	PASTA CON SALSA TOMATE CASERA Y ATUN	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS														
Cena	ESTOFADO DE POLLO CON MANZANAS SALTEADAS						X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Martes	LENTEJAS	X							X	X	X	X	X		X
Almuerzo	CINTA con CIRUELAS Y ARROZ	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	Ensalada campera con tortilla francesa					X	X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Miércoles	MINISTRONE	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	churros de pescado CON ENSALADA de millo	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	NATILLAS CASERAS	X		X			X	X	X				X		X
Cena	SALTEADO DE verduras thay con lentejas Y ARROZ BASMATI	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Jueves	PURE DE ZANAHORIAS												X		X
Almuerzo	LASAÑA DE TERNERA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA														
Cena	pescado al horno con salsa de pimientos Y VERDURAS					X	X		X	X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT					X	X	X							
Viernes	CREMA HORTELANA												X		X
Almuerzo	MUSLO DE POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS						X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	CONSOME	X					X		X	X	X	X	X		X
	TORTILLA DE CALABACINOS CON MENESTRA			X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA EN SU JUGO														
Sábado	ENSALADA DE PEPINO														
Almuerzo	papas judías y fideos	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	Pure de puerros y espinacas					X	X		X	X	X	X	X		X
	Salteado de cerdo con salsa srirachay y maravilla	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS														
Domingo	ENSALADA DE TOMATES Y QUESO	X					X	X	X	X	X	X	X		X
Almuerzo	ARROZ CREAMOSO DE PESCADO Y VERDURAS	X			X		X	X	X	X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA												X		X
Cena	HUEVOS SANCOCHADOS , pisto Y PAPAS GUIADAS			X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														



### Menú basal bajo en grasa y sal

Sabor a Gloria Comidas que Llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es  
 #gloria\_sabor | /saboragloria.es | /sabor\_a\_gloria\_ | informacion@saboragloria.es

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>3º SEMANA (15-21abr)(13-19-may)(10-16 jun)</b>															
Lunes	CREMA DE GUISANTES												X		X
Almuerzo	FIDEUA tradicional	X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	Salpicon de tomates								X	X	X	X	X		
	croquetas de pollo al horno	X		X			X	X	X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Martes	SOPA DE VERDURAS	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	pastel de pescado Y ENSALADA de beterrada	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Kcal FRUTA														
Cena	salteados de hortalizas con papas			X			X		X	X	X	X	X		X
	y huevo guisado			X											
	Kcal FRUTA														
Miércoles	crema de verduras												X		X
Almuerzo	LOMO CON SALSAS DE OREGANO Y COUS COUS	X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	Consome	X					X		X	X	X	X	X		X
	pescado al horno con cebolla y tomates braseados						X	X	X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Jueves	POTAJE CANARIO												X		X
	tortilla de papas con ensalada MIXTA			X			X		X	X	X	X	X		X
	Kcal YOGURT						X	X	X						
Cena	Estofado de jamoncitos						X		X	X	X	X	X		X
	con menestra salteada						X		X			X	X		X
	Kcal FRUTA														
Viernes	SOPA CAMPESINA	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	albondigas con tomate Y ARROZ BLANCO	X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	Crema de acelgas						X		X	X	X	X	X		
	sardinas CON MENESTRA Y PAPAS SALTEADAS			X			X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Sabado	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA								X	X	X	X	X		X
Almuerzo	compuesto de judías blancas	X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal GELATINA												X		X
Cena	Sopa de la abuela	X					X		X	X	X	X	X		X
	Tortilla de calabacines VERDURAS AL HORNO			X			X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Domingo	Ensalada mixta						X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	paella	X	X		X		X		X	X	X	X	X		X
	Kcal NATILLAS caseras	X		X			X	X	X			X	X		X
Cena	PESCADO AL MOJO VERDE			X			X		X	X	X	X	X		X
	MENESTRA SALTEADA Y papas guisadas						X		X	X	X	X	X		X
	9999 Kcal FRUTA														

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>4º SEMANA (22-28abr)(20-26may)(17-23jun)</b>															
Lunes	SOPA juliana	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	lomo encebollado con arroz pilaf						X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTAS														
Cena	compuesto de arvejas con													X	
	y huevos guisados	X		X			X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Martes	POTAJE VERDURAS													X	
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON PAPAS AL VAPOR						X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA						X	X	X						
Cena	ensalada medina con atun	X			X		X			X	X	X	X		X
	Y CROQUETAS DE ESPINACAS AL HORNO	X		X			X	X	X	X	X	X	X		X
	Kcal YOGURT							X	X						
Miércoles	CREMA DE BERROS						X							X	
Almuerzo	ARROZ MAR Y MONTAÑA				X		X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	Hamburguesas de ternera	X					X			X	X	X	X		X
	con judías verdes y tomate	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal Fruta	X		X			X	X	X			X	X		X
Jueves	SOPA castellana	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	MERLUZA EMPANADA AL HORNO CON ENSALADA de cherrys	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Kcal FRUTA														
Cena	Consomé de verduras	X					X			X	X	X	X		X
	Tortilla de espinacas CON PISTO			X			X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA							X	X						
Viernes	PURE DE CALABACINES Y CALBAZA													X	
Almuerzo	Pasta calabreze CON JAMON YORK	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal YOGURT							X	X						
Cena	PESCADO GRATINADO,	X			X		X			X	X	X	X		X
	CON PAPAS GUISADAS Y COMPUESTO CON BERENJENAS, PIMIENTOS				X					X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Sabado	ENSALADA MIXTA								X					X	X
Almuerzo	RANCHO canario	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	Salteado de verduras asiáticas con huevo	X		X			X			X	X	X	X		X
	acompañado de arroz al vapor						X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTAS														
Domingo	SOPA DE pescado	X			X		X			X	X	X	X		X
Almuerzo	pollo asado al romero con ensalada de piña	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	ensalada de tomates						X			X	X	X	X		X
	con caballa huevo duro CON PAPAS GUISADAS	X		X	X		X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														



# Menú basal REFORZADO

Sabor a Gloria #gloria\_sabor | /saboragloria.es | /sabor\_a\_gloria\_ | 928 35 18 63 | www.saboragloria.es | informacion@saboragloria.es

	1º SEMANA (01-07abr) (29-05may)(27-02jun)(24-30jun)	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA CON LEGUMBRES (R. POLLO)												X		
Almuerzo	tallarines orientales con verduras y jamón york	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	CREMA DE HORTALIZAS (R. TERNERA)						X		X	X	X	X	X		
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATES ALIÑADOS		X				X		X	X	X	X	X		
Kcal	FRUTA														
Martes	CREMA ZANAHORIAS Y CALBACIN (R. PESCADO)				X		X		X	X	X	X	X		
Almuerzo	pollo MECHADO con arroz	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT						X	X	X						
Cena	CREMA CANARIA (R.POLLO)												X		
	pizza casera cuatro estaciones	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA														
Miércoles	PURE DE CALABAZA (R. TERNERA)												X		
Almuerzo	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X		X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	CREMA (R.PESCADO)				X		X						X		
	Tortilla de espinacas con ratatouille		X				X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Jueves	CREMA JULIANA (R. POLLO)						X		X	X	X	X	X		
	CHULETAS DE CERDO CON SALSA DE PIÑA Y PAPAS GUIADAS	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	Pure castellano (R. TERNERA)												X		
	empanada gallega tradicional	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	Fruta												X		X
Viernes	POTAJE CANARIO (R. PESCADO)				X								X		
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON VERDURAS Y TERNERA	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	fruta														
Cena	CREMA (R.POLLO)						X		X	X	X	X	X		X
	Salpicón de caballa con pepino y cebolla y Tortilla española AL HORNO		X	X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Sábado	Puré (R. TERNERA)						X						X		
Almuerzo	Pollo asado al limón con salteado de verduras y papas	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	Potaje de verduras (R. PESCADO)				X		X						X		
	BOCADILLO DE PATA CON CEBOLLA POCHADA Y VEGETALES	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA Y YOGURT						X	X	X						
Domingo	Ensalada de la huerta						X	X					X		X
Almuerzo	Garbanzada canaria REFORZADA CON POLLO	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	PIÑA EN SU JUGO												X		X
Cena	Puré (R. TERNERA)						X						X		X
	PESCADO AL HORNO CON SALSA VERDE Y TOMATES ASADOS Y PAPITAS GUIADAS	X		X			X		X	X	X	X	X		X
9999 Kcal	FRUTA														

	2º SEMANA (08-14abr)(06-12may)(03-09jun)	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE LA ABUELA (R. PESCADO)				X								X		X
Almuerzo	PASTA CON SALSA TOMATE CASERA Y ATUN	X			X		X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS														
Cena	PURÉ (R. POLLO)							X						X	X
	ESTOFADO DE POLLO CON MANZANAS SALTEADAS	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Martes	LENTEJAS (R. TERNERA)	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	CINTA con CIRUELAS Y ARROZ	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	Crema (R. PESCADO)					X	X						X		X
	Ensalada campera con tortilla francesa		X				X						X		X
Kcal	FRUTA														
Miércoles	POTAJE VERDURAS (R. POLLO)						X						X		X
Almuerzo	churros de pescado CON ENSALADA de millo	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	NATILLAS CASERAS	X		X			X	X	X				X		X
Cena	CREMA (R. TERNERA)						X						X		X
	SALTEADO DE VERDURAS THAY CON LENTEJAS Y ARROZ BASMATI	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Jueves	PURE DE ZANAHORIAS (R. PESCADO)					X							X		X
Almuerzo	LASAÑA DE TERNERA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Kcal	FRUTA														
Cena	CREMA (R. POLLO)						X						X		X
	PESCADO AL HORNO CON SALSA DE PIMIENTOS Y VERDURAS			X			X		X	X	X	X	X	X	X
Kcal	YOGURT						X	X	X						
Viernes	CREMA HORTELANA (R. TERNERA)						X						X		X
Almuerzo	MUSLO DE POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS						X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	PURÉ (R. PESCADO)					X	X						X		X
	TORTILLA DE CALABACINOS CON MENESTRA		X				X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA EN SU JUGO												X		X
Sábado	ENSALADA DE PEPINO						X			X	X	X	X		
Almuerzo	papas judías y fideos REFORZADO CON POLLO	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	Pure de puerros y espinacas (R. TERNERA)						X						X		X
	Salteado de cerdo con salsa srirachay y maravilla	X	X				X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Domingo	CREMA (R. PESCADO)					X	X						X		X
Almuerzo	ENSALADA DE TOMATES Y QUESO ARROZ CREMOSO DE PESCADO Y VERDURAS	X			X		X	X	X	X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA												X		X
Cena	PURÉ (R. POLLO)						X						X		X
	HUEVOS SANCOCHADOS, PISTO Y PAPAS GUIADAS		X				X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														



*[Handwritten signature]*

## Menú basal reforzado

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>3º SEMANA (15-21abr)(13-19-may)(10-16 jun)</b>															
Lunes	CREMA DE GUISANTES (R. PESCADO)			X									X		X
Almuerzo	FIDEUA tradicional	X					X		X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Cena	PURÉ (R.POLLO)					X							X		
	Salpicón de tomates y croquetas de pollo al horno	X	X			X	X	X	X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Martes	PURÉ DE VERDURAS (R. TERNERA)					X			X	X	X	X			X
Almuerzo	pastel de pescado Y ENSALADA de beterrada	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Kcal FRUTA														
Cena	CREMA (R. PESCADO)				X	X							X		X
	Salteados de hortalizas con papas y huevo guisado		X			X		X	X	X	X				
	Kcal FRUTA														
Miércoles	crema de verduras (R.POLLO)					X							X		X
Almuerzo	LOMO CON SALSAS DE OREGANO Y CUSCUS	X				X		X	X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Cena	PURÉ (R. TERNERA)					X							X		X
	pescado al horno con cebolla y tomates braseados			X		X		X	X	X	X				X
	Kcal FRUTA														
Jueves	POTAJE CANARIO (R. PESCADO)			X									X		X
	tortilla de papas con ensalada MIXTA		X			X		X	X	X	X	X			X
	Kcal YOGURT					X	X	X							
Cena	CREMA (R.POLLO)					X							X		X
	Estofados de jamoncitos con menestra salteada					X		X	X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Viernes	PURÉ CAMPESINO (R. TERNERA)					X							X		X
Almuerzo	albondigas con tomate Y ARROZ BLANCO	X				X		X	X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Cena	Crema de acelgas (R.PESCADO)				X	X		X	X	X	X				
	sardinas CON MENESTRA Y PAPAS SALTEADAS			X		X		X	X	X	X				X
	Kcal FRUTA														
Sabado	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA					X		X	X	X	X				X
Almuerzo	compuesto de judías blancas REFORZADO COM POLLO	X				X		X	X	X	X				X
	Kcal GELATINA												X		X
Cena	Puré de la abuela (R. TERNERA)					X							X		X
	Tortilla de calabacines VERDURAS AL HORNO		X			X		X	X	X					X
	Kcal FRUTA														
Domingo	CREMA (R. PESCADO)				X	X							X		X
Almuerzo	Ensalada mixta y paella				X	X		X	X	X	X	X			X
	Kcal NATILLAS caseras	X	X			X	X	X					X		X
Cena	PURÉ (R. POLLO)					X							X		X
	PESCADO AL MOJO VERDE CON MENESTRA SALTEADA Y papas guisadas	X				X		X	X	X	X				X
	Kcal FRUTA														

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>4º SEMANA (22-28abr)(20-26may)(17-23jun)</b>															
Lunes	PURÉ Juliana (R. TERNERA)					X							X		X
Almuerzo	lomo encebollado con arroz pilaf					X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTAS														
Cena	CREMA (R. PESCADO)				X									X	
	Compuesto de arvejas y huevos guisados	X	X			X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Martes	POTAJE VERDURAS (R. POLLO)					X								X	
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON PAPAS AL VAPOR					X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Cena	PURÉ (R. TERNERA)					X								X	X
	ENSALADA MEDINA CON ATÚN Y CROQUETAS DE ESPINACAS AL HORNO	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X			X
	Kcal YOGURT					X	X	X							
Miércoles	CREMA DE BERROS (R. PESCADO)				X	X								X	
Almuerzo	ARROZ MAR Y MONTAÑA				X	X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Cena	PURÉ (R. POLLO)					X								X	X
	Hamburguesas de ternera con judías verdes y tomate	X				X			X	X	X	X			X
	Kcal Fruta														
Jueves	CREMA castellana (R. TERNERA)					X								X	X
Almuerzo	MERLUZA EMPANADA AL HORNO CON ENSALADA de cherrys	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	Kcal FRUTA														
Cena	PURÉ de verduras (R. PESCADO)				X	X								X	X
	Tortilla de espinacas CON PISTO			X		X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Viernes	PURE DE CALABACINES Y CALBAZA (R. POLLO)					X								X	
Almuerzo	Pasta calabreze CON JAMON YORK	X				X			X	X	X	X			X
	Kcal YOGURT					X	X	X							
Cena	CREMA (R. TERNERA)					X								X	X
	PESCADO GRATINADO PAPAS GUIADAS Y COMPUESTO CON BERENJENAS, PIMIENTOS				X	X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Sabado	PURE (R. PESCADO)				X									X	X
Almuerzo	ENSALADA MIXTA Y RANCHO canario	X				X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Cena	CREMA (R.POLLO)					X								X	X
	Salteado de verduras asiáticas con huevo y acompañado de arroz al vapor	X	X			X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTAS														
Domingo	PURÉ (R. TERNERA)					X								X	X
Almuerzo	pollo asado al romero con ensalada de piña	X				X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														
Cena	CREMA ISLEÑA (R. PESCADO)				X	X								X	X
	HUEVOS,CABALLAS PAPAS GUIADAS Y ENSALADA DE TOMATES		X	X		X			X	X	X	X			X
	Kcal FRUTA														





### Menú bajo en grasa y sal Hipocalórico

	1º SEMANA (01-07abr) (29-05may)(27-02jun)(24-30jun)	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA CON LEGUMBRES												X		
Almuerzo	TALLARINES CON VERDURAS Y JAMON YORK	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	SOPA DE HORTALIZAS	X					X		X	X	X	X	X		X
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATES ALIÑADOS			X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Martes	CALDO DE MILLO CON ZANAHORIA Y CALABACIN	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO						X		X	X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT 0%						X	X							
Cena	CREMA CANARIA												X		X
	SALTEADO DE ATUN CON VERDURAS				X		X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Miercoles	PURE DE CALABAZA												X		X
Almuerzo	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X		X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	TORTILLA DE ESPINACAS	X					X		X	X	X	X	X		X
	CON RATAUILLE	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Jueves	SOPA DE JULIANA	X					X		X	X	X	X	X		X
	CHULETAS DE CERDO AL HORNO CON PAPAS GUIADAS	X					X						X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	PURE CASTELLANO						X						X		X
	PESCADO CON SALSA ROJA Y MENESTRA			X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Viernes	POTAJE CANARIO												X		
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON VERDURAS Y TERNERA	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	SALPICON DE CABALLA CON PEPINO Y CEBOLLA				X		X		X	X	X	X	X		X
	CON TORTILLA AL HORNO			X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Sabana	POLLO ASADO AL LIMON														
Almuerzo	CON SALTEADO DE VERURAS Y PAPAS AL VAPOR	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	BOCADILLO INTEGRAL DE PATA Y VEGETALES	X					X		X	X	X	X	X		X
	YOGURT 0%						X	X	X						
Kcal	FRUTA														
Domingo	ENSALADA DE LA HUERTA						X	X	X	X	X	X	X		X
Almuerzo	GARBANZAS COMPUESTAS (SIN CHORIZOS NI GRASAS)	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	PIÑA EN SU JUGO												X		
Cena	PESCADO AL HORNO CON SALSA VERDE	X			X		X		X	X	X	X	X		X
	CON TOMATES ASADOS Y PAPITAS GUIADAS												X		X
Kcal	FRUTA														

	2º SEMANA (08-14abr)(06-12may)(03-09jun)	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE LA ABUELA													X	
Almuerzo	PASTA CON TOMATE CASERO Y ATUN	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS														
Cena	ESTOFADO DE POLLO CON						X			X	X	X	X		X
	MANZANAS SALTEADAS	X												X	
Kcal	FRUTA														
Martes	LENTEJAS	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	LOMO AL HORNO Y ARROZ	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	ENSALADA CAMPERA					X	X			X	X	X	X		X
	CON TORTILLA FRANCESA			X			X						X		X
Kcal	FRUTA														
Miercoles	MINISTRONE	X					X				X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO ASADO CON ENSALADA DE MILLO				X		X				X	X	X		X
Kcal	NATILLAS SIN AZUCAR	X		X			X	X	X				X		X
Cena	SALTEADO DE VERDURAS THAY	X					X			X	X	X	X	X	X
	CON LENTEJAS Y ARROZ BASMATI	X			X		X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Jueves	PURE DE ZANAHORIAS													X	
Almuerzo	REDONDO DE PAVO CON PAPAS						X						X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	PESCADO AL HORNO										X	X	X		X
	CON SALSA DE PIMIENTOS CASERA Y VERDURAS			X			X			X	X	X	X		X
Kcal	YOGURT 0%						X	X	X						
Viernes	CREMA HORTELANA													X	
Almuerzo	MUSLO DE POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS						X						X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	CONSOME	X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA DE CALABACINOS CON MENESTRA			X						X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA EN SU JUGO														
Sabado	ENSALADA DE PEPINO														
Almuerzo	PAPAS JUDIAS Y FIDEOS (SIN GRASAS ANIMALES)	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	PURE DE PUERROS Y ESPINACAS				X		X			X	X	X	X		
	SALTEADO LOMO DE CERDO CON VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS														
Domingo	ENSALADA DE TOMATES Y QUESO	X					X	X		X	X	X	X		X
Almuerzo	ARROZ DE PESCADO Y VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA 0%											X			X
Cena	HUEVOS DURO, PISTO			X						X	X	X	X		X
	Y PAPAS GUIADAS												X		
Kcal	FRUTA														



*[Handwritten signature]*

### Menú bajo en grasa y sal Hipocalórico

Sabor a Gloria #gloria\_sabor | /saboragloria.es | /sabor\_a\_gloria\_ | informacion@saboragloria.es  
 Comidas que Llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>3º SEMANA(15-21abr)(13-19-may)(10-16 jun)</b>															
Lunes	CREMA DE GUISANTES												X		
Almuerzo	FIDEUA TRADICIONAL	X							X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	SALPICON DE TOMATES								X				X		X
	POLLO AL HORNO			X		X			X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Martes	SOPA DE VERDURAS	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHA Y ENSALADA DE BETERRADA				X		X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	salteado de hortalizas CON PAPAS Y HUEVO GUISADO	X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Miercoles	CREMA DE VERDURAS														X
Almuerzo	LOMO AL HORNO CON COUS COUS	X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	CONSOME	X		X			X		X	X	X	X	X		X
	PESCADO AL HORNO CON CEBOLLA Y TOAMTES BRASEADOS				X		X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Jueves	POTAJE CANARIO												X		
	TORTILLA AL HORNO ENSALADA MIXTA	X		X			X		X	X	X	X	X		X
	Kcal YOGURT 0%						X	X	X						
Cena	ESTOFADO DE JAMONCITOS CON MENESTRA SALTEADA	X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Viernes	SOPA CAMPESINA	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	albondigas al horno CON ARROZ BLANCO	X		X			X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	CREMA DE BERROS												X		X
	SARDINAS,CON MENESTRA Y PAPAS SALTEADAS				X		X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Sabado	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA								X	X	X	X	X		X
Almuerzo	COMPUESTO DE JUDIAS BLANCAS (SIN GRASA ANIMAL)	X					X		X	X	X	X	X		X
	Kcal GELATINA 0%												X		X
Cena	SOPA DE LA ABUELA	X					X		X	X	X	X	X		X
	TORTILLA DE CALABACINES Y VERDURAS AL HORNO			X			X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Domingo	ENSALADA MIXTA						X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	PAELLA	X	X		X		X		X	X	X	X	X		X
	Kcal NATILLAS SIN AZUCAR	X		X			X	X	X			X	X		X
Cena	PESCADO AL HORNO			X					X	X	X	X	X		X
	CON MENESTRA Y PAPAS AL VAPOR						X		X	X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>4º SEMANA (22-28abr)(20-26may)(17-23jun)</b>															
Lunes	SOPA JULIANA	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	LOMO AL HORNO CON ARROZ PILAF						X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTAS														
Cena	COMPUESTOS DE ARVEJAS						X			X	X	X	X		X
	CON HUEVOS GUISADOS	X		X			X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Martes	POTAJE DE VERDURAS														X
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON PAPAS AL VAPOR						X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA						X	X	X						
Cena	ENSALADA MEDINA CON ATUN Y ALIÑO DE NARANJA Y TORTILLA DE ESPINACAS	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal YOGURT 0%						X	X	X						
Miercoles	CREMA DE BERROS						X								X
Almuerzo	ARROZ MAR Y MONTAÑA				X		X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON JUDIAS VERDES Y TOMATE	X					X								X
	Kcal FRUTA														
Jueves	SOPA CASTELLANA	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE cherrys				X		X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	CONSOME DE VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA CON PISTO			X			X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														X
Viernes	PURE DE CALABACINES Y CALABAZA														X
Almuerzo	PASTA CON SALSA DE TOMATES CASERA CON JAMON JAMON YORK	X					X	X		X	X	X	X		X
	Kcal YOGURT 0%						X	X							
Cena	PESCADO EN AJADA, CON COMPUESTOS DE BERENJENAS Y PIMIENTOS Y PAPAS GUISADAS				X					X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														X
Sabado	ENSALADA MIXTA	X						X							X
Almuerzo	RANCHO canario (CON POLLO LIMPIO DE GRASA)	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	SALTEADO DE VERDURAS ASIATICAS CON HUEVO ACOMPAÑADO DE ARROZ AL VAPOR	X		X			X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTAS						X			X	X	X	X		X
Domingo	SOPA DE PESCADO	X			X		X			X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO ASADO AL ROMERO CON ENSALADA DE PIÑA	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														
Cena	ENSALADA DE TOMATES con caballa huevo duro CON PAPAS GUISADAS	X					X			X	X	X	X		X
	Kcal FRUTA														



**MENU DIABETICO NO PIZZA NO PASTA**

Sabor a Gloria #gloria\_sabor | /saboragloria.es | /sabor\_a\_gloria\_ | 928 35 18 63 | www.saboragloria.es | informacion@saboragloria.es

		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>1º SEMANA (01-07abr) (29-05may)(27-02jun)(24-30jun)</b>															
Lunes	CREMA CON LEGUMBRES												X		
Almuerzo	ARROZ CON VERDURAS Y JAMON YORK									X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	SOPA DE HORTALIZAS	X					X		X	X	X	X	X		X
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATES ALIÑADOS			X			X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Martes	CALDO DE MILLO CON ZANAHORIA Y CALABACIN	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO						X		X	X	X	X	X		X
	YOGURT 0%						X	X							
Cena	CREMA CANARIA												X		X
	SALTEADO DE ATUN CON VERDURAS				X		X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Miercoles	PURE DE CALABAZA												X		X
Almuerzo	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X		X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	TORTILLA DE ESPINACAS	X					X		X	X	X	X	X		X
	CON RATAUILLE	X					X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Jueves	SOPA DE JULIANA	X					X		X	X	X	X	X		X
	CHULETAS DE CERDO AL HORNO CON PAPAS GUIADAS	X					X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	PURE CASTELLANO						X						X		X
	PESCADO CON SALSA ROJA Y MENESTRA				X		X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Viernes	POTAJE CANARIO												X		
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON VERDURAS Y TERNERA	X					X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	SALPICON DE CABALLA CON PEPINO Y CEBOLLA				X		X		X	X	X	X	X		X
	CON TORTILLA AL HORNO			X			X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Sabana	POLLO ASADO AL LIMON														
Almuerzo	CON SALTEADO DE VERURAS Y PAPAS AL VAPOR	X					X		X	X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	BOCADILLO INTEGRAL DE PATA Y VEGETALES	X					X		X	X	X	X	X		X
	YOGURT 0%						X	X	X						
	FRUTA														
Domingo	ENSALADA DE LA HUERTA						X	X	X	X	X	X	X		X
Almuerzo	GARBANZAS COMPUESTAS (SIN CHORIZOS NI GRASAS)	X					X		X	X	X	X	X		X
	PIÑA EN SU JUGO												X		
Cena	PESCADO AL HORNO CON SALSA VERDE	X			X		X		X	X	X	X	X		X
	CON TOMATES ASADOS Y PAPITAS GUIADAS												X		X
	FRUTA														

		GLUTEN	CRUSTACEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>2º SEMANA (08-14abr)(06-12may)(03-09jun)</b>															
Lunes	POTAJE DE LA ABUELA													X	
Almuerzo	ARROZ CON TOMATE CASERO Y ATUN				X		X			X	X	X	X		X
	FRUTAS														
Cena	ESTOFADO DE POLLO CON						X			X	X	X	X		X
	MANZANAS SALTEADAS	X												X	
	FRUTA														
Martes	LENTEJAS	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	LOMO AL HORNO Y ARROZ	X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	ENSALADA CAMPERA				X		X			X	X	X	X		X
	CON TORTILLA FRANCESA			X			X						X		X
	FRUTA														
Miercoles	MINISTRONE	X						X			X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO ASADO CON ENSALADA DE MILLO				X			X			X	X	X		X
	NATILLAS SIN AZUCAR	X		X			X	X	X				X		X
Cena	SALTEADO DE VERDURAS THAY	X					X			X	X	X	X	X	X
	CON LENTEJAS Y ARROZ BASMATI	X			X		X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Jueves	PURE DE ZANAHORIAS													X	
Almuerzo	REDONDO DE PAVO CON PAPAS						X						X		X
	FRUTA														
Cena	PESCADO AL HORNO										X	X	X		X
	CON SALSA DE PIMIENTOS CASERA Y VERDURAS				X		X			X	X	X	X		X
	YOGURT 0%						X	X	X						
Viernes	CREMA HORTELANA													X	
Almuerzo	MUSLO DE POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS							X					X		X
	FRUTA														
Cena	CONSOME	X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA DE CALABACINOS CON MENESTRA			X						X	X	X	X		X
	FRUTA EN SU JUGO														
Sabado	ENSALADA DE PEPINO														
Almuerzo	PAPAS JUDIAS Y FIDEOS (SIN GRASAS ANIMALES)	X					X			X	X	X	X		X
	FRUTA														
Cena	PURE DE PUERROS Y ESPINACAS				X		X			X	X	X	X		X
	SALTEADO LOMO DE CERDO CON VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
	FRUTAS														
Domingo	ENSALADA DE TOMATES Y QUESO	X					X	X		X	X	X	X		X
Almuerzo	ARROZ DE PESCADO Y VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
	GELATINA 0%											X			X
Cena	HUEVOS DURO, PISTO			X						X	X	X	X		X
	Y PAPAS GUIADAS												X		X
	FRUTA														



*[Handwritten signature]*

### Menú diabetico

Sabor a Gloria Comidas que Llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es  
 #gloria\_sabor | /saboragloria.es | /sabor\_a\_gloria\_ | informacion@saboragloria.es

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>3º SEMANA(15-21abr)(13-19-may)(10-16 jun)</b>															
Lunes	CREMA DE GUISANTES												X		
Almuerzo	ARROZ TRADICIONAL								X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	SALPICON DE TOMATES								X				X		X
	POLLO AL HORNO			X		X			X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Martes	SOPA DE VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHA Y ENSALADA DE BETERRADA				X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	salteado de hortalizas CON PAPAS Y HUEVO GUISADO	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA				X										
Miercoles	CREMA DE VERDURAS														X
Almuerzo	LOMO AL HORNO CON ARROZ	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	CONSOME	X		X			X			X	X	X	X		X
	PESCADO AL HORNO CON CEBOLLA Y TOAMTES BRASEADOS				X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Jueves	POTAJE CANARIO												X		
	TORTILLA AL HORNO ENSALADA MIXTA	X		X			X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> YOGURT 0%						X	X	X						
Cena	ESTOFADO DE JAMONCITOS CON MENESTRA SALTEADA	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Viernes	SOPA CAMPESINA	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	albondigas al horno CON ARROZ BLANCO	X		X			X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	CREMA DE BERROS												X		X
	SARDINAS,CON MENESTRA Y PAPAS SALTEADAS				X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Sabado	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA									X	X	X	X		X
Almuerzo	COMPUESTO DE JUDIAS BLANCAS (SIN GRASA ANIMAL)	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> GELATINA 0%												X		X
Cena	SOPA DE LA ABUELA	X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA DE CALABACINES Y VERDURAS AL HORNO				X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Domingo	ENSALADA MIXTA						X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PAELLA	X	X		X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> NATILLAS SIN AZUCAR	X		X			X	X	X			X	X		X
Cena	PESCADO AL HORNO			X						X	X	X	X		
	CON MENESTRA Y PAPAS AL VAPOR						X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>4º SEMANA (22-28abr)(20-26may)(17-23jun)</b>															
Lunes	SOPA JULIANA	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	LOMO AL HORNO CON ARROZ PILAF						X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTAS														
Cena	COMPUESTOS DE ARVEJAS						X	X		X	X	X	X		X
	CON HUEVOS GUISADOS	X		X			X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Martes	POTAJE DE VERDURAS														X
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON PAPAS AL VAPOR						X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA						X	X	X						
Cena	ENSALADA DE VERDURAS CON ATUN Y ALIÑO DE NARANJA Y TORTILLA DE ESPINACAS	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> YOGURT 0%	X			X		X			X	X	X	X		X
Miercoles	CREMA DE BERROS						X								X
Almuerzo	ARROZ MAR Y MONTAÑA				X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON JUDIAS VERDES Y TOMATE	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA	X		X			X	X	X			X	X		X
Jueves	SOPA CASTELLANA	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE cherrys				X		X	X		X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	CONSOME DE VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA CON PISTO			X			X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														X
Viernes	PURE DE CALABACINES Y CALABAZA														X
Almuerzo	ARROZ CON SALSA DE TOMATES CASERA CON JAMON JAMON YORK						X	X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> YOGURT 0%														
Cena	PESCADO EN AJADA, CON COMPUESTOS DE BERENJENAS Y PIMIENTOS Y PAPAS GUISADAS				X					X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														X
Sabado	ENSALADA MIXTA	X						X							X
Almuerzo	RANCHO canario (CON POLLO LIMPIO DE GRASA)	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	SALTEADO DE VERDURAS ASIATICAS CON HUEVO	X		X			X			X	X	X	X		X
	ACOMPañADO DE ARROZ AL VAPOR						X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTAS														
Domingo	SOPA DE PESCADO	X			X		X			X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO ASADO AL ROMERO CON ENSALADA DE PIÑA	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	ENSALADA DE TOMATES									X	X	X	X		X
	con caballa huevo duro CON PAPAS GUISADAS	X		X			X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														





Menú no lactosa, no proteína leche de vaca

	1º SEMANA (01-07abr) (29-05may)(27-02jun)(24-30jun)	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA CON LEGUMBRES												X		
Almuerzo	TALLARINES CON VERDURAS Y JAMON YORK	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	SOPA DE HORTALIZAS	X					X		X	X	X	X	X		X
	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE TOMATES ALIÑADOS			X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Martes	CALDO DE MILLO CON ZANAHORIA Y CALABACIN	X					X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO A LA PLANCHA CON ARROZ BLANCO						X		X	X	X	X	X		X
Kcal	POSTRE DE SOJA						X		X						
Cena	CREMA CANARIA												X		X
	SALTEADO DE ATUN CON VERDURAS				X		X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Miércoles	PURE DE CALABAZA												X		X
Almuerzo	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X		X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	TORTILLA DE ESPINACAS	X					X		X	X	X	X	X		X
	CON RATAUILLE	X					X		X	X	X	X	X		
Kcal	FRUTA														
Jueves	SOPA DE JULIANA	X					X		X	X	X	X	X		X
	CHULETAS DE CERDO AL HORNO CON PAPAS GUIADAS	X					X						X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	PURE CASTELLANO						X						X		X
	PESCADO CON SALSAS ROJA Y MENESTRA			X			X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Viernes	POTAJE CANARIO												X		
Almuerzo	ARROZ AMARILLO CON VERDURAS Y TERNERA	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	SALPICON DE CABALLA CON PEPINO Y CEBOLLA				X		X		X	X	X	X	X		
	CON TORTILLA AL HORNO			X			X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Sabana	POLLO ASADO AL LIMON														
Almuerzo	CON SALTEADO DE VERURAS Y PAPAS AL VAPOR	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	BOCADILLO INTEGRAL DE PATA Y VEGETALES	X					X		X	X	X	X	X		X
	PSTRE DE SOJA						X		X						
Kcal	FRUTA														
Domingo	ENSALADA DE LA HUERTA (NO ACEITUNAS)						X		X	X	X	X	X		X
Almuerzo	GARBANZAS COMPUESTAS	X					X		X	X	X	X	X		X
Kcal	PIÑA EN SU JUGO												X		
Cena	PESCADO AL HORNO CON SALSAS VERDE	X			X		X		X	X	X	X	X		X
	CON TOMATES ASADOS Y PAPITAS GUIADAS												X		X
Kcal	FRUTA														

	2º SEMANA (08-14abr)(06-12may)(03-09jun)	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE LA ABUELA													X	
Almuerzo	PASTA CON TOMATE CASERO Y ATUN	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS														
Cena	ESTOFADO DE POLLO CON						X			X	X	X	X		X
	MANZANAS SALTEADAS	X												X	
Kcal	FRUTA														
Martes	LENTEJAS	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	LOMO AL HORNO Y ARROZ	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	ENSALADA CAMPERA					X	X			X	X	X	X		
	CON TORTILLA FRANCESA			X			X							X	X
Kcal	FRUTA														
Miércoles	MINISTRONE	X					X				X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO ASADO CON ENSALADA DE MILLO				X						X	X	X		X
Kcal	POSTRE DE SOJA						X		X				X		X
Cena	SALTEADO DE VERDURAS THAY	X					X			X	X	X	X	X	
	CON LENTEJAS Y ARROZ BASMATI	X			X		X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Jueves	PURE DE ZANAHORIAS													X	
Almuerzo	REDONDO DE PAVO CON PAPAS						X							X	
Kcal	FRUTA														
Cena	PESCADO AL HORNO											X	X	X	X
	CON SALSAS DE PIMIENTOS CASERA Y VERDURAS				X		X			X	X	X	X		X
Kcal	POSTRE SOJA						X		X						
Viernes	CREMA HORTELANA													X	
Almuerzo	MUSLO DE POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS						X							X	X
Kcal	FRUTA														
Cena	CONSOME	X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA DE CALABACINOS CON MENESTRA			X						X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA EN SU JUGO														
Sabado	ENSALADA DE PEPINO														
Almuerzo	PAPAS JUDIAS Y FIDEOS (SIN GRASAS ANIMALES)	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTA														
Cena	PURE DE PUERROS Y ESPINACAS				X		X			X	X	X	X		
	SALTEADO LOMO DE CERDO CON VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	FRUTAS														
Domingo	ENSALADA DE TOMATES (SIN QUESO)	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	ARROZ DE PESCADO Y VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
Kcal	GELATINA											X			X
Cena	HUEVOS DURO, PISTO			X						X	X	X	X		X
	Y PAPAS GUIADAS													X	
Kcal	FRUTA														



Menú sin lactosa sin proteína leche de vaca

Sabor a Gloria #gloria\_sabor | /saboragloria.es | /sabor\_a\_gloria\_ | 928 35 18 63 | www.saboragloria.es | informacion@saboragloria.es

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>3º SEMANA(15-21abr)(13-19-may)(10-16 jun)</b>															
Lunes	CREMA DE GUISANTES												X		
Almuerzo	FIDEUA TRADICIONAL	X					X		X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	SALPICON DE TOMATES								X				X		X
	POLLO AL HORNO			X		X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Martes	SOPA DE VERDURAS	X				X		X	X	X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHA Y ENSALADA DE BETERRADA				X	X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	salteado de hortalizas CON PAPAS	X				X		X	X	X	X	X	X		X
	Y HUEVO GUISADO			X											
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Miercoles	CREMA DE VERDURAS														X
Almuerzo	LOMO AL HORNO CON CUSCUS	X				X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	CONSOME	X	X			X		X	X	X	X	X	X		X
	PESCADO AL HORNO CON CEBOLLA Y TOAMTES BRASEADOS			X		X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Jueves	POTAJE CANARIO												X		
	TORTILLA AL HORNO ENSALADA MIXTA	X	X			X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> POSTRE DE SOJA					X	X								
Cena	ESTOFADO DE JAMONCITOS	X				X									
	CON MENESTRA SALTEADA					X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Viernes	SOPA CAMPESINA	X				X		X	X	X	X	X	X		X
Almuerzo	albondigas al horno CON ARROZ BLANCO	X		X		X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	CREMA DE BERROS												X		X
	SARDINAS,CON MENESTRA Y PAPAS SALTEADAS			X		X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Sabado	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA							X	X	X	X	X	X		X
Almuerzo	COMPUESTO DE JUDIAS BLANCAS (SIN GRASA ANIMAL)	X				X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> GELATINA 0%												X		X
Cena	SOPA DE LA ABUELA	X				X		X	X	X	X	X	X		X
	TORTILLA DE CALABACINES Y VERDURAS AL HORNO			X		X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Domingo	ENSALADA MIXTA					X		X	X	X	X	X	X		X
Almuerzo	PAELLA	X	X		X	X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> POSTRE DE SOJA	X		X		X	X					X	X		X
Cena	PESCADO AL HORNO			X				X	X	X	X	X	X		X
	CON MENESTRA Y PAPAS AL VAPOR					X		X	X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
<b>4º SEMANA (22-28abr)(20-26may)(17-23jun)</b>															
Lunes	SOPA JULIANA	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	LOMO AL HORNO CON ARROZ PILAF						X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTAS														
Cena	COMPUESTOS DE ARVEJAS						X			X	X	X	X		X
	CON HUEVOS GUISADOS	X		X			X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Martes	POTAJE DE VERDURAS														X
Almuerzo	POLLO A LA PROVENZAL CON PAPAS AL VAPOR						X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	ENSALADA MEDINA CON ATUN	X					X			X	X	X	X		X
	Y ALIÑO DE NARANJA Y TORTILLA DE ESPINACAS	X			X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> POSTRE DE SOJA						X	X							
Miercoles	CREMA DE BERROS						X								X
Almuerzo	ARROZ MAR Y MONTAÑA				X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA	X					X								X
	CON JUDIAS VERDES Y TOMATE	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Jueves	SOPA CASTELLANA	X					X			X	X	X	X		X
Almuerzo	PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA DE cherrys				X		X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	CONSOME DE VERDURAS	X					X			X	X	X	X		X
	TORTILLA CON PISTO			X			X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														X
Viernes	PURE DE CALABACINES Y CALABAZA														X
Almuerzo	PASTA CON SALSAS DE TOMATES CASERA	X					X		X	X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> POSTRE DE SOJA						X	X							
Cena	PESCADO EN AJADA, CON COMPUESTOS DE BERENJENAS Y PIMIENTOS				X					X	X	X	X		X
	Y PAPAS GUISADAS														X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Sabado	ENSALADA MIXTA ( SIN ACEITUNAS)	X													X
Almuerzo	RANCHO canario	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	SALTEADO DE VERDURAS ASIATICAS CON HUEVO	X		X			X			X	X	X	X		X
	ACOMPAÑADO DE ARROZ AL VAPOR						X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTAS														
Domingo	SOPA DE PESCADO	X			X		X			X	X	X	X		X
Almuerzo	POLLO ASADO AL ROMERO CON ENSALADA DE PIÑA	X					X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														
Cena	ENSALADA DE TOMATES									X	X	X	X		X
	con caballa huevo duro CON PAPAS GUISADAS	X		X			X			X	X	X	X		X
	<small>Kcal</small> FRUTA														



## Basal No Acelgas

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
1º Semana (01-07abr) (29-05may)(27-02jun)(24-30jun)														
Lunes	CREMA DE LEGUMBRES													X
Kcal	TALLARINES ORIENTALES CON VERDURAS Y JAMON YORK	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	CALDO DE MILLO CON ZANAHORIAS Y CALABACIN	X				X			X	X	X	X		
Kcal	POLLO MECHADO CON ARROZ	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X						
Miercoles	PURE DE CALABAZA													X
Kcal	ROPA VIEJA DE PESCADO	X		X		X			X	X	X	X		
	NATILLAS	X		X		X	X	X						X
Jueves	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHULETAS DE CERDO CON SALSAS DE PIÑA CON PAPAS GUIADAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Viernes	POTAJE CANARIO													X
Kcal	ARROZ CON VERDURAS Y TERNERA					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
3º Semana (15-21abr)(13-19-may)(10-16 jun)														
Lunes	CREMA DE GUISANTES													X
Kcal	FIDEUA TRADICIONAL	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	SOPA DE VERDURAS	X				X			X	X		X		
Kcal	PASTEL DE PESCADO Y ENSALADA DE BETERRADA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	FRUTAS													
Miercoles	CREMA DE VERDURAS													X
Kcal	LOMO CON SALSAS DE OREGANO CON CUSCUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jueves	POTAJE CANARIO													X
Kcal	TORTILLA DE PAPAS CON ENSALADA MIXTA		X			X			X	X	X	X		
	YOGURT						X	X						
Viernes	SOPA CAMPESINA	X				X								X
Kcal	ALBONDIGAS CON TOMATE Y ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	Fruta													

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
2º Semana (08-14abr)(06-12may)(03-09jun)														
Lunes	POTAJE DE LA ABUELA													X
Kcal	PASTA CON SALSAS TOMATE Y ATUN	X			X	X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	LENTEJAS	X				X								X
Kcal	CINTA EN SALSAS DE CIRUELA Y ARROZ	X				X			X	X	X	X		X
	FRUTA													
Miercoles	MINISTRONE	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHURROS DE PESCADO CON ENSALADA DE MILLO	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	NATILLAS	X		X		X	X	X				X		
Jueves	PURE DE ZANAHORIAS													X
Kcal	LASAÑA DE TERNERA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	FRUTA													
Viernes	CREMA HORTELANA													X
Kcal	MUSLO DE POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
4º Semana (22-28abr)(20-26may)(17-23jun)														
Lunes	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	LOMO ENCEBOLLADO CON ARROZ PILAF					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	POTAJE DE VERDURA					X								X
Kcal	POLLO A LA PROVENZAL CON PAPAS AL VAPOR					X			X	X	X	X		X
	FRUTA													
Miercoles	CREMA DE BERROS													X
Kcal	ARROZ MAR Y MONTE			X		X	X	X	X	X	X	X		X
	FRUTA													
Jueves	SOPA CASTELLANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA DE CHERRYS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	FRUTA													
Viernes	PURE DE CALABACINES Y CALABAZA													X
Kcal	PASTA CALABREZE CON JAMON YORK	X				X	X		X	X	X	X		
	YOGURT						X	X						



## Basal No legumbres

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
1º Semana (01-07abr) (29-05may)(27-02jun)(24-30jun)														
Lunes	CREMA canaria													X
Kcal	TALLARINES ORIENTALES CON VERDURAS Y JAMON YORK	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	CALDO DE MILLO CON ZANAHORIAS Y CALABACIN	X				X			X	X	X	X		
Kcal	POLLO MECHADO CON ARROZ	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X						
Miercoles	PURE DE CALABAZA													X
Kcal	ROPA VIEJA DE PESCADO (SIN GARBANZOS)	X		X		X			X	X	X	X		
	NATILLAS	X		X		X	X	X						X
Jueves	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHULETAS DE CERDO CON SALSAS DE PIÑA CON PAPAS GUIADAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Viernes	POTAJE CANARIO													X
Kcal	ARROZ CON VERDURAS Y TERNERA					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
3º Semana (15-21abr)(13-19-may)(10-16 jun)														
Lunes	CREMA (sin guisantes)													X
Kcal	FIDEUA TRADICIONAL	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	SOPA DE VERDURAS	X				X			X	X		X		
Kcal	PASTEL DE PESCADO Y ENSALADA DE BETERRADA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	FRUTAS													
Miercoles	CREMA DE VERDURAS													X
Kcal	LOMO CON SALSAS DE OREGANO Y COUS COUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jueves	POTAJE CANARIO													X
Kcal	TORTILLA DE PAPAS CON ENSALADA MIXTA		X			X			X	X	X	X		
	YOGURT						X	X						
Viernes	SOPA CAMPESINA	X				X								X
Kcal	ALBONDIGAS CON TOMATE Y ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	Fruta													

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
2º Semana (08-14abr)(06-12may)(03-09jun)														
Lunes	POTAJE DE LA ABUELA													X
Kcal	PASTA CON SALSAS TOMATE Y ATUN	X			X	X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	CREMA					X								X
Kcal	CINTA EN SALSAS DE CIRUELA Y ARROZ	X				X			X	X	X	X		X
	FRUTA													
Miercoles	MINISTRONE	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHURROS DE PESCADO CON ENSALADA DE MILLO	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	NATILLAS	X		X		X	X	X			X			
Jueves	PURE DE ZANAHORIAS													X
Kcal	LASAÑA DE TERNERA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	FRUTA													
Viernes	CREMA HORTELANA (SIN LEGUMBRES)													X
Kcal	MUSLO DE POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
4º Semana (22-28abr)(20-26may)(17-23jun)														
Lunes	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	LOMO ENCEBOLLADO CON ARROZ PILAF					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	POTAJE DE VERDURA					X								X
Kcal	POLLO A LA PROVENZAL CON PAPAS AL VAPOR					X			X	X	X	X		X
	FRUTA													
Miercoles	CREMA DE BERROS													X
Kcal	ARROZ MAR Y MONTE			X		X	X	X	X	X	X	X		X
	FRUTA													
Jueves	SOPA CASTELLANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA DE CHERRYS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
	FRUTA													
Viernes	PURE DE CALABACINES Y CALABAZA													X
Kcal	PASTA CALABREZE CON JAMON YORK	X				X	X		X	X	X	X		
	YOGURT						X	X						





## Basal no marisco y nueces

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
1º Semana (01-07abr) (29-05may)(27-02jun)(24-30jun)														
Lunes	CREMA DE LEGUMBRES													X
Kcal	TALLARINES ORIENTALES CON VERDURAS Y JAMON YORK	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	CALDO DE MILLO CON ZANAHORIAS Y CALABACIN	X				X			X	X	X	X		
Kcal	POLLO MECHADO CON ARROZ	X				X			X	X	X	X		
	YOGURT					X	X	X						
Miercoles	PURE DE CALABAZA													X
Kcal	ROPA VIEJA DE PESCADO	X		X		X			X	X	X	X		
	NATILLAS	X	X	X	X	X	X							X
Jueves	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	CHULETAS DE CERDO CON SALSAS DE PIÑA CON PAPAS GUIADAS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Viernes	POTAJE CANARIO													X
Kcal	ARROZ CON VERDURAS Y TERNERA					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
3º Semana (15-21abr)(13-19-may)(10-16 jun)														
Lunes	CREMA DE GUISANTES													X
Kcal	FIDEUA TRADICIONAL	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	SOPA DE VERDURAS	X				X			X	X		X		
Kcal	PASTEL DE PESCADO Y ENSALADA DE BETERRADA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTAS													
Miercoles	CREMA DE VERDURAS													X
Kcal	LOMO CON SALSAS DE OREGANO Y CUSCUS	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Jueves	POTAJE CANARIO													X
Kcal	TORTILLA DE PAPAS CON ENSALADA MIXTA		X			X			X	X	X	X		
	YOGURT						X	X						
Viernes	SOPA CAMPESINA	X				X								X
Kcal	ALBONDIGAS CON TOMATE Y ARROZ BLANCO	X				X			X	X	X	X		
	Fruta													

		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO
2º Semana (08-14abr)(06-12may)(03-09jun)														
Lunes	POTAJE DE LA ABUELA													X
Kcal	PASTA CON SALSAS TOMATE Y ATUN	X			X	X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	LENTEJAS	X				X								X
Kcal	CINTA EN SALSAS DE CIRUELA Y ARROZ	X				X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Miercoles	MINISTRONE	X				X			X	X	X	X		
Kcal	PESCADO ASADO CON ENSALADA DE MILLO			X		X			X	X	X	X	X	
	NATILLAS	X	X			X	X	X				X		
Jueves	PURE DE ZANAHORIAS													X
Kcal	REDONDO DE PAVO CON PAPAS					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Viernes	CREMA HORTELANA													X
Kcal	MUSLO DE POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
4º Semana (22-28abr)(20-26may)(17-23jun)														
Lunes	SOPA JULIANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	LOMO ENCEBOLLADO CON ARROZ PILAF					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Martes	POTAJE DE VERDURA					X								X
Kcal	POLLO A LA PROVENZAL CON PAPAS AL VAPOR					X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Miercoles	CREMA DE BERROS													X
Kcal	ARROZ MAR Y MONTE			X		X	X	X	X	X	X	X		
	FRUTA													
Jueves	SOPA CASTELLANA	X				X			X	X	X	X		
Kcal	MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA DE CHERRYS			X		X			X	X	X	X		
	FRUTA													
Viernes	PURE DE CALABACINES Y CALABAZA													X
Kcal	PASTA CALABREZE CON JAMON YORK	X				X	X		X	X	X	X		
	YOGURT						X	X						