Menú basal , bajo en sal y azúcar

Sabor a Gloria | Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 1	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE BERROS												X		
Almuer	ARROZ A LA JARDINERA CON PAVO														X
568 Kcal	FRUTA VARIADA														
CENA	CONSOME CON ESTRELLITAS	X											X		X
	TORTILLA FRANCESA CON TOMATES ALIÑADOS			X											
618 Kcal	YOGUR							X	X						
MARTES	CALDO DE PAPAS	X											X		X
ALMUER	CHURROS DE PESCADO CON ENSALADA	X		X	X			X					X		X
811 Kcal	FRUTA														
CENA	SALTEADO DE GARBANZOS CON VERDURAS	X		X											X
640	Y TAQUITOS DE JAMON SERRANO												X		
Kcal	FRUTA														
MIERCOLES	PURE DE LENTEJAS												X		X
ALMUER	MACARRONES CON SALSA DE NAPOLITANA	X					X						X		X
718 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA DE CALABAZA												X		X
	PESCADO A LA PLANCHA CON TOMATES ASADOS				X										
723 Kcal	FRUTA														
JUEVES	POTAJE DE JARAMAGOS												X		
ALMUER	POLLO A LA CASERA CON PURE DE PAPAS	X					X	X	X		X				X
643 Kcal	FRUTA														
CENA	LOMO ADOBADO	X					X	X	X				X		X
617	CON ENSALADA DE PASTA	X		X	X										
Kcal	FRUTA														
VIERNES	CREMA DE CALABACINES Y GUISANTES													X	
ALMUER	ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO	X		X			X	X		X			X		X
746 Kcal	NATILLAS	X		X		X	X	X	X						X
CENA	ENSALA NIXTA														
	FIDEUA DE PESCADO	X			X										X
627 Kcal	FRUTA														
SABADO	CREMA DE CALABAZA Y PUERROS												X		
ALMUER	HOJALDRE DE ATUN	X		X	X			X	X				X		X
687 Kcal	FRUTA														
CENA	SOPA DE ZANAHORIAS			X											X
	VERDURAS SALTEADAS CON FILETES DE PAVO	X											X		
634 Kcal	FRUTA														
DOMING	POTAJE DE JUDIAS														X
ALMUER	CHULETAS CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO VERDE			X							X		X		
714 Kcal	PIÑA EN SU JUGO												X		
CENA	SOPA DE TERNERA	X											X		X
659	PASTEL DE VERDURAS CON SALSA DE TOMATE	X		X			X	X					X		X
Kcal	GELATINA												X		X

	SEMANA 2	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA CANARIA												X		
ALMUER	PASTA A LA BOLOÑESA	X					X	X		X		X	X		X
665 Kcal	FRUTA														
CENA	ENSALADA CAMPERA DE TOMATES CEBOLLAS, ACEITUNAS Y ARROZ	X						X							X
	CON RABAS DE CALAMAR	X	X	X	X		X	X		X		X	X	X	X
607 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE DE VERDURAS												X		
ALMUERZ	POLLO EN SALSA DE ZANAHORIAS CON PAPAS GUISADAS	X											X		X
620 Kcal	FRUTA														
CENA	GAZPACHO	X											X		X
580	HAMBURGUESA CON PAN Y TOMATE	X		X			X	X	X			X	X		X
Kcal	YOGURT							X	X						
MIERCO	CREMA DE CALABAZA														X
ALMUERZ	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X								X		X
705 Kcal	FRUTA														
CENA	PECHUGA DE PAVO												X		
	CON PISTO MANCHEGO	X					X		X	X	X	X	X		X
702 Kcal	FRUTA														
JUEVES	POTAJE DE ACELGAS												X		
ALMUER	LOMO DE CERDO CON SALSA STROGONOF CON ARROZ BLANCO	X					X	X		X	X	X	X		X
651 Kcal	YOGURT							X	X						
CENA	PURE DE VERDURAS	X											X		
	PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE	X		X				X	X	X		X	X		X
530 Kcal	FRUTA														
VIERNES	SOPA DE PESCADO	X			X										X
ALMUER	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA			X									X		
720 Kcal	NATILLA	X						X	X						
CENA	CREMA DE BROCOLI												X		
	SALPICON DE PESCADO				X								X		
544 Kcal	FRUTA														
SABADO	ENSALADILLA RUSA	X		X	X		X			X			X		
ALMUER	FINGUER DE POLLO	X		X				X			X		X		
635 Kcal	GELATINA								X				X		X
CENA	SOPA JULIANA	X											X		X
	SALTEADO DE JAMON VERDURAS Y PASTA	X		X			X						X		X
502 Kcal	FRUTA														
Domingo	CREMA DE BERROS												X		
Almuer.	CARNE FIESTA CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO VERDE	X					X	X					X		X
644 Kcal	PIÑA EN SU JUGO														
CENA	ARROZ ORIENTAL CON SOJA Y	X					X						X		
	ROLLITOS DE PRIMAVERA	X		X			X	X		X	X	X	X		X
580 Kcal	FRUTA								X				X		X

Menú basal bajo en sal y azúcar

Sabor a Gloria | Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 3	GLUTEN	CHUS/MOLUSCO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA
Lunes	CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES												X		X
Almuer	PAELLA		X		X									X	X
720 Kcal	PUDING	X		X				X					X		
CENA	SOPA MARAVILLA	X													X
	QUICHE DE BACON CON ENSALADA	X		X			X	X		X	X	X	X		X
758 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE DE GARBANZOS												X		X
ALMUER	LASAÑA DE TERNERA	X		X			X	X		X	X	X	X		X
624 Kcal	FRUTA														
CENA	TOMATES CON CEBOLLA Y ACEITUNAS							X							
610	PAPAS GUISADAS CON CABALLAS				X								X		
Kcal	FRUTA														
MIERCOLES	SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLITAS	X											X		X
ALMUER	ROPA VIEJA DE POLLO	X											X		X
717 Kcal	FRUTA														
CENA	HUEVOS GUISADOS CON RATATUILLE	X		X			X	X		X	X	X	X		X
754	GUISANTES Y PAPAS	X					X						X		X
Kcal	FRUTA														
JUEVES	CREMA DE ESPINACAS												X		
ALMUER	CHULETAS EN ADOBO AL HORNO CON PAPAS												X		X
644 Kcal	FRUTA														
CENA	SOPA DE FIDEO	X													X
	CALABACIN RELLENO	X		X	X		X	X		X	X		X	X	X
692 Kcal	FRUTA														
VIERNES	POTAJE DE VERURAS												X		
ALMUER	PASTEL DE PESCADO	X		X	X		X	X					X		X
680 Kcal	YOGURT							X							
CENA	POLLO ENCEBOLLADO	X		X			X	X		X	X		X	X	X
	PAPAS DOLAR													X	
576 Kcal	FRUTA														
SABADO	CREMA DE BERROS													X	
ALMUER	ARROZ NEGRO DE GAMBAS Y CHOCOS Y ALIOLI		X		X					X			X	X	X
744 Kcal	FRUTA														
CENA	TORTILLA ESPAÑOLA			X									X		
	CON ENSALADA TROPICAL		X										X		X
544 Kcal	GELATINA								X				X		X
DOMING	POTAJE DE GARBANZOS												X		
ALMUER	POLLO ASADO CON PAPAS EMPEREJILADAS												X		X
740 Kcal	FRUTA														
CENA	MINI EMPANADILLAS DE BONITO	X		X		X	X	X	X	X	X	X	X		X
	ENSALADA FRESCA														
625 Kcal	YOGURT							X	X						

	SEMANA 4	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA
LUNES	CREMA DE ACELGAS												X		
ALMUER	PIZZA ITALIANA	X		X			X	X		X	X	X			X
670 Kcal	FRUTA			X				X							
CENA	SOPA DE PESCADO	X		X			X	X		X	X	X	X		X
	ROLLO DE TERNERA SALSA Y VERDURAS												X		
594 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE CANARIO												X		
ALMUERZ	POLLO EN PEPITORIA CON Y PAPAS GUISADAS												X		X
615 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA CANARIA	X			X										X
	TORTILLA DE JAMON CON TOMATES EN RODAJAS	X	X	X	X		X	X		X	X		X	X	X
603 Kcal	ARROZ CON LECHE							X							
MIERCO	CREMA DE CALABACIN Y CALABAZA												X		
ALMUERZ	CINTA DE LOMO CON SALSA DE CHAMPIÑONES CON ARROZ	X					X	X		X	X		X		X
655 Kcal	FRUTA							X	X						
CENA	HABICHUELAS ESTOFADAS												X		X
	CON SALCHICHAS DE PAVO Y PAPAS			X				X							
583 Kcal	FRUTA														
JUEVES	SOPA MARAVILLA	X													X
ALMUER	MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA	X		X	X			X		X	X	X	X		X
624 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA DE VERDURAS												X		X
	SANDWICH DE POLLO	X											X		
563 Kcal	FRUTA	X						X	X						
VIERNES	CREMA DE ARVEJAS												X		
ALMUER	ESPAGUETIS CON SALSA DE PAVO Y SOJA	X					X	X		X	X		X		X
657 Kcal	FRUTA														
CENA	SOPA JULIANA												X		
	ENSALADA NICOICE CON ATÚN	X			X		X	X	X		X	X	X		
Kcal	FRUTA														
SABADO	LENTEJAS												X		X
ALMUER	ALBONDIGAS CON ARROZ	X		X			X	X		X			X		X
713 Kcal	FRUTA														
CENA	PURE DE CALABAZA	X											X		X
	PASTEL DE PESCADO												X		
559 Kcal	YOGURT														
Domingo	SOPA JULIANA	X											X		X
Almuer.	LOMO DE CERDO ASADO EN SALSA DE PIMIENTOS Y PAPAS GUISADAS	X		X			X	X	X	X	X	X			
716 Kcal	NATILLAS														
CENA	CALDO DE MILLO													X	
613	POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA	X					X	X		X			X		
Kcal	FRUTA			X				X	X						X

MENU NO LACTOSA

Sabor a Gloria | Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 1	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE BERROS												X		
Almuer	ARROZ A LA JARDINERA CON PAVO														X
568	Kcal FRUTA VARIADA														
CENA	CONSOME CON ESTRELLITAS	X											X		X
	TORTILLA FRANCESA CON TOMATES ALIÑADOS			X											
618	Kcal FRUTA														
MARTES	CALDO DE PAPAS	X											X		X
ALMUER	PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA	X		X	X								X		X
811	Kcal FRUTA														
CENA	SALTEADO DE GARBANZOS CON VERDURAS	X		X											X
640	Y TAQUITOS DE JAMON SERRANO												X		
	Kcal FRUTA														
MIERCOLES	PURE DE LENTEJAS												X		X
ALMUER	PECHUGA DE PAVO ASADA CON ENSALADA	X					X						X		X
718	Kcal FRUTA														
CENA	CREMA DE CALABAZA												X		X
	PESCADO A LA PLANCHA CON TOMATES ASADOS				X										
723	Kcal FRUTA														
JUEVES	POTAJE DE JARAMAGOS												X		
ALMUER	POLLO A LA CASERA CON PAPAS GUISADAS	X					X				X				X
643	Kcal FRUTA														
CENA	LOMO SIN ALERGIAS	X					X						X		X
617	CON ENSALADA DE PAPAS Y TOMATES			X	X										
	Kcal FRUTA														
VIERNES	CREMA DE CALABACINES Y GUISANTES													X	
ALMUER	ALBONDIGAS sin lactosa CON ARROZ BLANCO	X		X									X		X
746	Kcal FRUTA NATURAL														
CENA	ENSALA NIXTA														
	PESCADO PLANCHA CON PAPAS				X										X
627	Kcal FRUTA														
SABADO	CREMA DE CALABAZA Y PUERROS												X		
ALMUER	ATUN CON CALABACINES PIMIENTOS Y HUEVO	X		X	X								X		X
687	Kcal FRUTA														
CENA	SOPA DE ZANAHORIAS			X											X
	VERDURAS SALTEADAS CON FILETES DE PAVO	X											X		
634	Kcal FRUTA														
DOMING	POTAJE DE JUDIAS														X
ALMUER	CHULETAS CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO VERDE			X							X		X		
714	Kcal FRUTA												X		
CENA	SOPA DE TERNERA	X											X		X
659	SALTEADO VERDURAS CON SALSA DE TOMATE Y ARROZ	X		X									X		X
	Kcal GELATINA												X		X

	SEMANA 2	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA CANARIA												X		
ALMUER	HAMBURGUESA sin lactosa CON PAPAS	X								X		X	X		X
665	Kcal FRUTA														
CENA	ENSALADA CAMPERA DE TOMATES CEBOLLAS, Y ARROZ	X													X
	Y SARDINAS (no aceitunas)		X	X	X					X		X	X	X	X
607	Kcal FRUTA														
MARTES	POTAJE DE VERDURAS												X		
ALMUERZ	POLLO EN SALSA DE ZANAHORIAS CON PAPAS GUISADAS	X											X		X
620	Kcal FRUTA														
CENA	GAZPACHO	X											X		X
580	HAMBURGUESA CON Parrillada de verduras	X		X								X	X		X
	Kcal YOGURT								X						
MIERCO	CREMA DE CALABAZA														X
ALMUERZ	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X								X		X
705	Kcal FRUTA														
CENA	PECHUGA DE PAVO												X		
	CON PISTO MANCHEGO	X					X			X	X	X	X		X
702	Kcal FRUTA														
JUEVES	POTAJE DE ACELGAS												X		
ALMUER	LOMO DE CERDO al horno con arroz	X					X			X	X	X	X		X
651	Kcal FRUTA														
CENA	PURE DE VERDURAS	X											X		
	PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE	X		X						X		X	X		X
530	Kcal FRUTA														
VIERNES	SOPA DE PESCADO	X			X										X
ALMUER	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA			X									X		
720	Kcal FRUTA	X													
CENA	CREMA DE BROCOLI												X		
	SALPICON DE PESCADO				X								X		
544	Kcal FRUTA														
SABADO	ENSALADILLA RUSA (SIN ACEITUNAS)	X		X	X					X			X		
ALMUER	CON POLLO A LA PLANCHA	X		X							X		X		
635	Kcal GELATINA								X				X		X
CENA	SOPA JULIANA	X											X		X
	SALTEADO DE JAMON SERRANO VERDURAS	X		X			X						X		X
502	Kcal FRUTA														
Domingo	CREMA DE BERROS												X		
Almuer.	CARNE FIESTA CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO VERDE	X					X						X		X
644	Kcal FRUTA														
CENA	PARRILLADA DE VERDURAS, ARROZ	X					X						X		
	PAVO PLANCHA	X		X			X			X	X	X	X		X
580	Kcal FRUTA								X				X		X

MENU NO LACTOSA

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 3	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES												X		X
Almuer	PAELLA		X		X									X	X
720 Kcal	FRUTA	X		X									X		
CENA	SOPA MARAVILLA	X													X
	POLLO PLANCHA CON ENSALADA			X			X			X	X	X	X		X
758 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE DE GARBANZOS												X		X
ALMUER	HAMBURGUESAS CON MENESTRA	X		X			X			X	X	X	X		X
624 Kcal	FRUTA														
CENA	TOMATES CON CEBOLLA Y ACEITUNAS														
610	PAPAS GUISADAS CON CABALLAS				X								X		
Kcal	FRUTA														
MIERCOLES	SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLITAS	X											X		X
ALMUER	ROPA VIEJA DE POLLO,	X											X		X
717 Kcal	FRUTA														
CENA	HUEVOS GUISADOS CON RATATUILLE	X		X			X			X	X	X	X		X
754	GUISANTES Y PAPAS	X					X						X		X
Kcal	FRUTA														
JUEVES	CREMA DE ESPINACAS												X		
ALMUER	CHULETAS EN ADOBO AL HORNO CON PAPAS												X		X
644 Kcal	FRUTA														
CENA	SOPA DE FIDEOS	X													X
	CALABACIN RELLENO	X		X	X		X			X	X		X	X	X
692 Kcal	FRUTA														
VIERNES	POTAJE DE VERURAS												X		
ALMUER	PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA												X		X
680 Kcal	FRUTA														
CENA	POLLO ENCEBOLLADO	X		X			X			X	X		X	X	X
	PAPAS DOLAR Y VERDURAS													X	
576 Kcal	FRUTA														
SABADO	CREMA DE BERROS													X	
ALMUER	ARROZ NEGRO DE GAMBAS Y CHOCOS Y ALIOLI		X		X					X			X	X	X
744 Kcal	FRUTA														
CENA	TORTILLA ESPAÑOLA			X									X		
	CON ENSALADA TROPICAL		X										X		X
544 Kcal	GELATINA												X		X
DOMING	POTAJE DE GARBANZOS												X		
ALMUER	POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS												X		X
740 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA	X			X	X	X			X	X	X	X		X
	SALTEADO DE VERDURAS CON ATUN														
625 Kcal	FRUTA								X						

	SEMANA 4	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA DE ACELGAS												X		
ALMUER	SALPICON DE JUDIAS	X		X			X			X	X	X			X
670 Kcal	FRUTA			X											
CENA	SOPA DE PESCADO	X		X			X			X	X	X	X		X
	ROLLO DE TERNERA SALSA Y VERDURAS												X		
594 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE CANARIO												X		
ALMUERZ	POLLO EN PEPITORIA CON Y PAPAS GUISADAS												X		X
615 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA CANARIA	X			X										X
	TORTILLA DE JAMON SERRANO CON TOMATES EN RODAJAS	X	X	X	X					X	X		X	X	X
603 Kcal	FRUTA														
MIERCO	CREMA DE CALABACIN Y CALABAZA												X		
ALMUERZ	LOMO DE CERDO AL HORNO CON ARROZ	X					X			X	X		X		X
655 Kcal	FRUTA														
CENA	HABICHUELAS ESTOFADAS												X		X
	CON PAVO Y PAPAS			X											
583 Kcal	FRUTA														
JUEVES	SOPA MARAVILLA	X													X
ALMUER	MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA	X		X	X					X	X	X	X		X
624 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA DE VERDURAS												X		X
	BOCADILLO DE POLLO	X											X		
563 Kcal	FRUTA	X													
VIERNES	CREMA DE ARVEJAS												X		
ALMUER	TOMATES ASADOS RELLENOS DE PAVO CON VERDURAS Y SOJA	X					X			X	X		X		X
657 Kcal	FRUTA														
CENA	SOPA JULIANA												X		
	ENSALADA NICOICE CON ATÚN	X			X		X				X	X	X		
Kcal	FRUTA														
SABADO	LENTEJAS												X		X
ALMUER	ALBONDIGAS NO LACTOSA CON ARROZ	X		X			X			X			X		X
713 Kcal	FRUTA														
CENA	PURE DE CALABAZA	X											X		X
	PESCADO PLANCHA ENSALADA												X		
559 Kcal	FRUTA														
Domingo	SOPA JULIANA	X											X		X
Almuer.	LOMO DE CERDO ASADO EN SALSA DE PIMIENTOS Y PAPAS GUISADAS	X		X			X			X	X	X			
716 Kcal	FRUTA														
CENA	CALDO DE MILLO													X	
613	POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA	X					X			X			X		
Kcal	FRUTA			X					X						X

Menú basal REFORZADO , bajo en sal y azúcar

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 1	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTIA.
Lunes	POTAJE DE BERROS reforzado con proteína animal												X		
Almuer	ARROZ A LA JARDINERA CON PAVO														X
568 Kcal	FRUTA VARIADA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal	X											X		X
	TORTILLA FRANCESA CON TOMATES ALIÑADOS			X											
618 Kcal	YOGUR							X	X						
MARTES	CALDO DE PAPAS reforzado con proteína animal	X											X		X
ALMUER	CHURROS DE PESCADO CON ENSALADA	X		X	X			X					X		X
811 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal	X		X											X
640	SALTEADO DE GARBANZOS CON VERDURASY TAQUITOS DE JAMON SERRANO												X		
Kcal	FRUTA														
MIERCOLES	PURE DE LENTEJAS reforzado con proteína animal												X		X
ALMUER	HIGADO CON ARROZ AJO Y PEREJIL						X						X		X
718 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA DE CALABAZA reforzado con proteína animal												X		X
	PESCADO A LA PLANCHA CON TOMATES ASADOS				X										
723 Kcal	FRUTA														
JUEVES	POTAJE DE JARAMAGOS reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	POLLO A LA CASERA CON PURE DE PAPAS	X					X	X	X		X				X
643 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal	X					X	X	X				X		X
	LOMO ADOBADO CON ENSALADA DE PASTA	X		X	X										
Kcal	FRUTA														
VIERNES	CREMA DE CALABACINES Y GUISANTES reforzado con proteína animal													X	
ALMUER	ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO	X		X			X	X		X			X		X
746 Kcal	NATILLAS	X		X		X	X	X	X						X
CENA	PURE reforzado con proteína animal														
	FIDEUA DE PESCADO ENSALADA MIXTA	X			X										X
627 Kcal	FRUTA														
SABADO	CREMA DE CALABAZA Y PUERROS reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	HIGADO CON ARROZ	X		X	X			X	X				X		X
687 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal			X											X
	VERDURAS SALTEADAS CON FILETES DE PAVO	X											X		
634 Kcal	FRUTA														
DOMING	POTAJE DE JUDIAS reforzado con proteína animal														X
ALMUER	CHULETAS CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO VERDE			X							X		X		
714 Kcal	PIÑA EN SU JUGO												X		
CENA	PURE reforzado con proteína animal	X											X		X
659	PASTEL DE VERDURAS CON SALSA DE TOMATE	X		X			X	X					X		X
Kcal	GELATINA												X		X

	SEMANA 2	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTIA.
LUNES	CREMA CANARIA reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	PASTA A LA BOLOÑESA	X					X	X		X		X	X		X
665 Kcal	FRUTA														
CENA	PURE reforzado con proteína animal	X						X							X
	HIGADO CON ARROZ	X	X	X	X		X	X		X		X	X	X	X
607 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE DE VERDURAS reforzado con proteína animal												X		
ALMUERZ	POLLO EN SALSA DE ZANAHORIAS CON PAPAS GUISADAS	X											X		X
620 Kcal	FRUTA														
CENA	PURE reforzado con proteína animal	X											X		X
580	HAMBURGUESA CON PAN Y TOMATE	X		X			X	X	X			X	X		X
Kcal	YOGURT							X	X						
MIERCO	CREMA DE CALABAZA reforzado con proteína animal														X
ALMUERZ	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X								X		X
705 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal												X		
	PECHUGA DE PAVO CON PISTO MANCHEGO	X					X		X	X	X	X	X		X
702 Kcal	FRUTA														
JUEVES	POTAJE DE ACELGAS reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	LOMO DE CERDO CON SALSA STROGONOF CON ARROZ BLANCO	X					X	X		X	X	X	X		X
651 Kcal	YOGURT							X	X						
CENA	PURE DE VERDURAS reforzado con proteína animal	X											X		
	PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE	X		X				X	X	X		X	X		X
530 Kcal	FRUTA														
VIERNES	CREMA reforzado con proteína animal	X			X										X
ALMUER	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA			X									X		
720 Kcal	NATILLA	X						X	X						
CENA	CREMA DE BROCOLI reforzado con proteína animal												X		
	HIGADO SALTEADOS CON AJOS Y PEREJIL Y ARROZ												X		
544 Kcal	FRUTA														
SABADO	CREMA reforzado con proteína animal	X		X	X		X			X			X		
ALMUER	FINGUER DE POLLO ENSALADILLA RUSA	X		X				X			X		X		
635 Kcal	GELATINA								X				X		X
CENA	PURE reforzado con proteína animal	X											X		X
	SALTEADO DE JAMON VERDURAS Y PASTA	X		X			X						X		X
502 Kcal	FRUTA														
Domingo	CREMA DE BERROS reforzado con proteína animal												X		
Almuer.	CARNE FIESTA CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO VERDE	X					X	X					X		X
644 Kcal	PIÑA EN SU JUGO														
CENA	PURE reforzado con proteína animal						X						X		
	ARROZ ORIENTAL CON SOJA ROLLITOS DE PRIMAVERA	X		X			X	X		X	X	X	X		X
580 Kcal	FRUTA								X				X		X

Menú basal REFORZADO bajo en sal y azúcar

Sabor a Gloria | Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 3	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES reforzado con proteína animal												X		X
Almuer	PAELLA		X		X									X	X
720 Kcal	PUDING	X		X				X					X		
CENA	PURE reforzado con proteína animal	X													X
	QUICHE DE BACON CON ENSALADA	X		X			X	X		X	X	X	X		X
758 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE DE GARBANZOS reforzado con proteína animal												X		X
ALMUER	LASAÑA DE TERNERA	X		X			X	X		X	X	X	X		X
624 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal							X							
610	PAPAS GUISADAS CON CABALLASTOMATES CON CEBOLLA Y ACEITUNAS				X								X		
Kcal	FRUTA														
MIERCOLES	PURE reforzado con proteína animal	X											X		X
ALMUER	ROPA VIEJA DE POLLO	X											X		X
717 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal	X		X			X	X		X	X	X	X		X
754	HIGADO CON ARROZ SALTEADO	X					X						X		X
Kcal	FRUTA														
JUEVES	CREMA DE ESPINACAS reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	CHULETAS EN ADOBO AL HORNO CON PAPAS												X		X
644 Kcal	FRUTA														
CENA	PURE reforzado con proteína animal	X													X
	CALABACIN RELLENO	X		X	X		X	X		X	X		X	X	X
692 Kcal	FRUTA														
VIERNES	POTAJE DE VERURAS reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	PASTEL DE PESCADO	X		X	X		X	X					X		X
680 Kcal	YOGURT							X							
CENA	CREMA reforzado con proteína animal	X		X			X	X		X	X		X	X	X
	PAPAS DOLAR POLLO ENCEBOLLADO													X	
576 Kcal	FRUTA														
SABADO	CREMA DE BERROS reforzado con proteína animal													X	
ALMUER	ARROZ NEGRO DE GAMBAS Y CHOCOS Y ALIOLI		X		X					X			X	X	X
744 Kcal	FRUTA														
CENA	PURE reforzado con proteína animal			X									X		
	ENSALADA TROPICALTORTILLA ESPAÑOLA		X										X		X
544 Kcal	GELATINA								X				X		X
DOMING	POTAJE DE GARBANZOS reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	POLLO ASADO CON PAPAS EMPEREJILADAS												X		X
740 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal	X		X		X	X	X	X	X	X	X	X		X
	HIGADO SALTEADO CON ENSALADA														
625 Kcal	YOGURT							X	X						

	SEMANA 4	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA DE ACELGAS reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	PIZZA ITALIANA	X		X			X	X		X	X	X			X
670 Kcal	FRUTA			X				X							
CENA	PURE reforzado con proteína animal	X		X			X	X		X	X	X	X		X
	ROLLO DE TERNERA SALSA Y VERDURAS												X		
594 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE CANARIO reforzado con proteína animal												X		
ALMUERZ	POLLO EN PEPITORIA CON Y PAPAS GUISADAS												X		X
615 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA CANARIA reforzado con proteína animal	X			X										X
	TORTILLA DE JAMON CON TOMATES EN RODAJAS	X	X	X	X		X	X		X	X		X	X	X
603 Kcal	ARROZ CON LECHE							X							
MIERCO	CREMA DE CALABACIN Y CALABAZA reforzado con proteína animal												X		
ALMUERZ	CINTA DE LOMO CON SALSA DE CHAMPIÑONES CON ARROZ	X					X	X		X	X		X		X
655 Kcal	FRUTA							X	X						
CENA	CREMA reforzado con proteína animal												X		X
	HIGADO CON PAPAS			X				X							
583 Kcal	FRUTA														
JUEVES	PURE reforzado con proteína animal	X													X
ALMUER	MERLUZA EMPANADA CON ENSALADA	X		X	X			X		X	X	X	X		X
624 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA DE VERDURAS reforzado con proteína animal												X		X
	SANDWICH DE POLLO	X											X		
563 Kcal	FRUTA	X						X	X						
VIERNES	CREMA DE ARVEJAS reforzado con proteína animal												X		
ALMUER	ESPAGUETIS CON SALSA DE PAVO Y SOJA	X					X	X		X	X		X		X
657 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA reforzado con proteína animal												X		
	ENSALADA NICOICE CON ATÚN	X			X		X	X	X		X	X	X		
Kcal	FRUTA														
SABADO	LENTEJAS reforzado con proteína animal												X		X
ALMUER	ALBONDIGAS CON ARROZ	X		X			X	X		X			X		X
713 Kcal	FRUTA														
CENA	PURE DE CALABAZA reforzado con proteína animal	X											X		X
	PASTEL DE PESCADO												X		
559 Kcal	YOGURT														
Domingo	CREMA reforzado con proteína animal	X											X		X
Almuer.	LOMO DE CERDO ASADO EN SALSA DE PIMIENTOS Y PAPAS GUISADAS	X		X			X	X	X	X	X	X			
716 Kcal	NATILLAS														
CENA	PURE reforzado con proteína animal													X	
613	POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA	X					X	X		X			X		
Kcal	FRUTA			X				X	X						X

Sabor a Gloria

Menu diabético (no frito, no pasta, no pizza)

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 1	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE BERROS												X		
Almuer	ARROZ A LA JARDINERA CON PAVO														X
568 Kcal	FRUTA VARIADA														
CENA	CONSOME CON ESTRELLITAS	X											X		X
	TORTILLA FRANCESA CON TOMATES ALIÑADOS			X											
618 Kcal	YOGUR							X	X						
MARTES	CALDO DE PAPAS	X											X		X
ALMUER	PESCADO A LA PLANCHA CON ENSALADA	X		X	X			X					X		X
811 Kcal	FRUTA														
CENA	SALTEADO DE GARBANZOS CON VERDURAS	X		X											X
640	Y TAQUITOS DE JAMON SERRANO												X		
Kcal	FRUTA														
MIERCOLES	PURE DE LENTEJAS												X		X
ALMUER	PECHUGA DE PAVO ASADA CON ENSALADA	X					X						X		X
718 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA DE CALABAZA												X		X
	PESCADO A LA PLANCHA CON TOMATES ASADOS				X										
723 Kcal	FRUTA														
JUEVES	POTAJE DE JARAMAGOS												X		
ALMUER	POLLO A LA CASERA CON PURE DE PAPAS	X					X	X	X		X				X
643 Kcal	FRUTA														
CENA	LOMO ADOBADO	X					X	X	X				X		X
617	CON ENSALADA DE PAPAS Y TOMATES			X	X										
Kcal	FRUTA														
VIERNES	CREMA DE CALABACINES Y GUISANTES													X	
ALMUER	ALBONDIGAS CON ARROZ BLANCO	X		X			X	X		X			X		X
746 Kcal	YOGURT NATURAL							X	X						
CENA	ENSALA NIXTA														
	PESCADO PLANCHA CON PAPAS				X										X
627 Kcal	FRUTA														
SABADO	CREMA DE CALABAZA Y PUERROS												X		
ALMUER	HOJALDRE DE ATUN	X		X	X			X	X				X		X
687 Kcal	FRUTA														
CENA	SOPA DE ZANAHORIAS			X											X
	VERDURAS SALTEADAS CON FILETES DE PAVO	X											X		
634 Kcal	FRUTA														
DOMING	POTAJE DE JUDIAS														X
ALMUER	CHULETAS CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO VERDE			X							X		X		
714 Kcal	FRUTA												X		
CENA	SOPA DE TERNERA	X											X		X
659	PASTEL DE VERDURAS CON SALSA DE TOMATE	X		X			X	X					X		X
Kcal	GELATINA												X		X

	SEMANA 2	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CASCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA CANARIA												X		
ALMUER	HAMBURGUESA CON PAPAS	X					X	X		X		X	X		X
665 Kcal	FRUTA														
CENA	ENSALADA CAMPERA DE TOMATES CEBOLLAS, ACEITUNAS Y ARROZ	X						X							X
	Y SARDINAS		X	X	X		X	X		X		X	X	X	X
607 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE DE VERDURAS												X		
ALMUERZ	POLLO EN SALSA DE ZANAHORIAS CON PAPAS GUISADAS	X											X		X
620 Kcal	FRUTA														
CENA	GAZPACHO	X											X		X
580	HAMBURGUESA CON PAN Y TOMATE	X		X			X	X	X			X	X		X
Kcal	YOGURT							X	X						
MIERCO	CREMA DE CALABAZA														X
ALMUERZ	ROPA VIEJA DE PESCADO	X			X								X		X
705 Kcal	FRUTA														
CENA	PECHUGA DE PAVO												X		
	CON PISTO MANCHEGO	X					X		X	X	X	X	X		X
702 Kcal	FRUTA														
JUEVES	POTAJE DE ACELGAS												X		
ALMUER	LOMO DE CERDO CON SALSA STROGONOF CON ARROZ BLANCO	X					X	X		X	X	X	X		X
651 Kcal	YOGURT							X	X						
CENA	PURE DE VERDURAS	X											X		
	PIMIENTOS RELLENOS DE CARNE	X		X				X	X	X		X	X		X
530 Kcal	FRUTA														
VIERNES	SOPA DE PESCADO	X			X										X
ALMUER	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA			X									X		
720 Kcal	YOGURT NATURAL	X						X	X						
CENA	CREMA DE BROCOLI												X		
	SALPICON DE PESCADO				X								X		
544 Kcal	FRUTA														
SABADO	ENSALADILLA RUSA	X		X	X		X			X			X		
ALMUER	CON POLLO A LA PLANCHA	X		X				X			X		X		
635 Kcal	GELATINA								X				X		X
CENA	SOPA JULIANA	X											X		X
	SALTEADO DE JAMON VERDURAS	X		X			X						X		X
502 Kcal	FRUTA														
Domingo	CREMA DE BERROS												X		
Almuer.	CARNE FIESTA CON PAPAS ARRUGADAS Y MOJO VERDE	X					X	X					X		X
644 Kcal	FRUTA														
CENA	PARRILLADA DE VERDURAS, ARROZ	X					X						X		
	PAVO PLANCHA	X		X			X	X		X	X	X	X		X
580 Kcal	FRUTA									X			X		X

Menú diabético (no frito, no pasta, no pizza)

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 3	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES												X		X
Almuer	PAELLA		X		X									X	X
720 Kcal	YOGURT NATURAL	X		X				X					X		
CENA	SOPA MARAVILLA	X													X
	ENSALADA Y QUICHE DE BACON	X		X			X	X		X	X	X	X		X
758 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE DE GARBANZOS												X		X
ALMUER	HAMBURGUESAS CON MENESTRA	X		X			X	X		X	X	X	X		X
624 Kcal	FRUTA														
CENA	TOMATES CON CEBOLLA Y ACEITUNAS							X							
610	PAPAS GUISADAS CON CABALLAS				X								X		
Kcal	FRUTA														
MIERCOLES	SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLITAS	X											X		X
ALMUER	ROPA VIEJA DE POLLO, ENSALADA	X											X		X
717 Kcal	FRUTA														
CENA	HUEVOS GUISADOS CON RATATUILLE	X		X			X	X		X	X	X	X		X
754	GUISANTES Y PAPAS	X					X						X		X
Kcal	FRUTA														
JUEVES	CREMA DE ESPINACAS												X		
ALMUER	CHULETAS EN ADOBO AL HORNO CON PAPAS												X		X
644 Kcal	FRUTA														
CENA	SOPA DE FIDEOS	X													X
	CALABACIN RELLENO	X		X	X		X	X		X	X		X	X	X
692 Kcal	FRUTA														
VIERNES	POTAJE DE VERURAS												X		
ALMUER	PASTEL DE PESCADO	X		X	X		X	X					X		X
680 Kcal	YOGURT NATURAL							X							
CENA	POLLO ENCEBOLLADO	X		X			X	X		X	X		X	X	X
	PAPAS DOLAR Y VERDURAS													X	
576 Kcal	FRUTA														
SABADO	CREMA DE BERROS													X	
ALMUER	ARROZ NEGRO DE GAMBAS Y CHOCOS Y ALIOLI		X		X					X			X	X	X
744 Kcal	FRUTA														
CENA	TORTILLA ESPAÑOLA			X									X		
	CON ENSALADA TROPICAL		X										X		X
544 Kcal	GELATINA								X				X		X
DOMING	POTAJE DE GARBANZOS												X		
ALMUER	POLLO ASADO CON PAPAS SANCOCHADAS												X		X
740 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA	X			X	X	X	X	X	X	X	X	X		X
	SALTEADO DE VERDURAS CON ATUN														
625 Kcal	YOGURT NATURAL							X	X						

	SEMANA 4	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA DE ACELGAS												X		
ALMUER	SALPICON DE JUDIAS	X		X			X	X		X	X	X			X
670 Kcal	FRUTA			X				X							
CENA	SOPA DE PESCADO	X		X			X	X		X	X	X	X		X
	ROLLO DE TERNERA SALSA Y VERDURAS												X		
594 Kcal	FRUTA														
MARTES	POTAJE CANARIO												X		
ALMUERZ	POLLO EN PEPITORIA CON Y PAPAS GUISADAS												X		X
615 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA CANARIA	X			X										X
	TORTILLA DE JAMON CON TOMATES EN RODAJAS	X	X	X	X		X	X		X	X		X	X	X
603 Kcal	ARROZ CON LECHE							X							
MIERCO	CREMA DE CALABACIN Y CALABAZA												X		
ALMUERZ	CINTA DE LOMO CON SALSA DE CHAMPIÑONES CON ARROZ	X					X	X		X	X		X		X
655 Kcal	FRUTA							X	X						
CENA	HABICHUELAS ESTOFADAS												X		X
	CON SALCHICHAS DE PAVO Y PAPAS			X				X							
583 Kcal	FRUTA														
JUEVES	SOPA MARAVILLA	X													X
ALMUER	MERLUZA PLANCHA CON ENSALADA	X		X	X			X		X	X	X	X		X
624 Kcal	FRUTA														
CENA	CREMA DE VERDURAS												X		X
	SANDWICH DE POLLO	X											X		
563 Kcal	FRUTA	X						X	X						
VIERNES	CREMA DE ARVEJAS												X		
ALMUER	TOMATES ASADOS RELLENOS DE PAVO CON VERDURAS Y SOJA	X					X	X		X	X		X		X
657 Kcal	FRUTA														
CENA	SOPA JULIANA												X		
	ENSALADA NICOICE CON ATÚN	X			X		X	X	X		X	X	X		
Kcal	FRUTA														
SABADO	LENTEJAS												X		X
ALMUER	ALBONDIGAS CON ARROZ	X		X			X	X		X			X		X
713 Kcal	FRUTA														
CENA	PURE DE CALABAZA	X											X		X
	PASTEL DE PESCADO												X		
559 Kcal	YOGURT														
Domingo	SOPA JULIANA	X											X		X
Almuer.	LOMO DE CERDO ASADO EN SALSA DE PIMIENTOS Y PAPAS GUISADAS	X		X			X	X	X	X	X	X			
716 Kcal	NATILLAS														
CENA	CALDO DE MILLO													X	
613	POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA	X					X	X		X			X		
Kcal	FRUTA			X				X	X						X

Menú basal , bajo en sal y azúcar NO LEGUMBRES

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

SEMANA 1		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	POTAJE DE BERROS												X		
Almuer	ARROZ A LA JARDINERA CON PAVO														X
568 Kcal	FRUTA VARIADA														
CENA		X													
Kcal															
MARTES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
MIERCOLES	PURE DE VERDURAS												X		X
ALMUER	MACARRONES CON SALSA DE NAPOLITANA						X						X		X
718 Kcal	FRUTA														
CENA															
Kcal															
JUEVES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
VIERNES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
SABADO															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
DOMING															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															

SEMANA 2		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTOS DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA CANARIA (SIN LEGUMBRES)												X		
ALMUER	PASTA A LA BOLOÑESA	X					X	X		X		X	X		X
665 Kcal	FRUTA														
CENA															
Kcal															
MARTES															
ALMUERZ															
Kcal															
CENA															
Kcal															
MIERCO	CREMA DE CALABAZA												X		X
ALMUERZ	ROPA VIEJA DE PESCADO SIN GARBANZOS				X								X		X
705 Kcal	FRUTA														
CENA															
Kcal															
JUEVES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
VIERNES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
544 Kcal															
SABADO															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
Domingo															
Almuer.															
Kcal															
CENA															
Kcal															

Menú basal NO LEGUMBRES bajo en sal y azúcar

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

SEMANA 3	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES											X		X
Almuer	PAELLA		X		X								X	X
720 Kcal	PUDING	X		X				X				X		
CENA														
Kcal														
MARTES														
ALMUER														
Kcal														
CENA														
Kcal	FRUTA													
MIERCOLES	SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLITAS	X										X		X
ALMUER	ROPA VIEJA SIN GARNABNZOS	X										X		X
717 Kcal	FRUTA													
CENA														
Kcal														
JUEVES														
ALMUER														
Kcal														
CENA														
Kcal														
VIERNES														
ALMUER														
Kcal														
CENA														
Kcal														
SABADO														
ALMUER														
Kcal														
CENA														
Kcal														
DOMING														
ALMUER														
Kcal														
CENA														

825 Kcal Y

SEMANA 4	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SESAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA DE ACELGAS											X		
ALMUER	PIZZA ITALIANA	X		X			X	X		X	X	X		X
670 Kcal	FRUTA			X				X						
CENA														
594 Kcal														
MARTES														
ALMUERZ														
Kcal														
CENA														
603 Kcal														
MIERCO	CREMA DE CALABACIN Y CALABAZA											X		
ALMUERZ	CINTA DE LOMO CON SALSA DE CHAMPIÑONES CON ARROZ	X				X	X		X	X		X		X
Kcal	FRUTA													
CENA														
Kcal														
JUEVES														
ALMUER														
Kcal														
CENA														
Kcal														
VIERNES														
ALMUER														
Kcal														
CENA														
Kcal														
SABADO														
ALMUER														
Kcal														
CENA														
Kcal														
Domingo														
Almuer.														
Kcal														
CENA														
Kcal														

Menú basal , bajo en sal y azúcar NO ACELGAS

Sabor a Gloria Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

	SEMANA 1	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA
Lunes	POTAJE DE BERROS												X		
Almuer	ARROZ A LA JARDINERA CON PAVO														X
568 Kcal	FRUTA VARIADA														
CENA		X													
Kcal															
MARTES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
MIERCOLES	PURE DE VERDURAS												X		X
ALMUER	MACARRONES CON SALSA DE NAPOLITANA						X						X		X
718 Kcal	FRUTA														
CENA															
Kcal															
JUEVES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
VIERNES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
SABADO															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
DOMING															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															

	SEMANA 2	GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA
LUNES	CREMA CANARIA (SIN LEGUMBRES)												X		
ALMUER	PASTA A LA BOLOÑESA	X					X	X		X		X	X		X
665 Kcal	FRUTA														
CENA															
Kcal															
MARTES															
ALMUERZ															
Kcal															
CENA															
Kcal															
MIERCO	CREMA DE CALABAZA												X		X
ALMUERZ	ROPA VIEJA DE PESCADO				X								X		X
705 Kcal	FRUTA														
CENA															
Kcal															
JUEVES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
VIERNES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
544 Kcal															
SABADO															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
Domingo															
Almuer.															
Kcal															
CENA															
Kcal															

Menú basal NO ACELGAS bajo en sal y azúcar

Sabor a Gloria | Comidas que llegan | Teléfono: 928 35 18 63 | www.saboragloria.es
#gloria_sabor | /saboragloria.es | /sabor_a_gloria_ | informacion@saboragloria.es

SEMANA 3		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
Lunes	CREMA DE ZANAHORIAS Y CALABACINES												X		X
Almuer	PAELLA		X		X									X	X
720 Kcal	PUDING	X		X				X					X		
CENA															
Kcal															
MARTES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal	FRUTA														
MIERCOLES	SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLITAS	X											X		X
ALMUER	ROPA VIEJA DE POLLO	X											X		X
717 Kcal	FRUTA														
CENA															
Kcal															
JUEVES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
VIERNES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
SABADO															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
DOMING															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
625 Kcal Y															

SEMANA 4		GLUTEN	CRUSTÁCEO	HUEVO	PESCADO	CACAHUETE	SOJA	LECHE	FRUTO DE CÁSCARA	APIO	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITO	MOLUSCO	COLORANTE ALIMENTA.
LUNES	CREMA DE VERDURAS												X		
ALMUER	PIZZA ITALIANA	X		X			X	X		X	X	X			X
670 Kcal	FRUTA			X				X							
CENA															
594 Kcal															
MARTES															
ALMUERZ															
Kcal															
CENA															
603 Kcal															
MIERCO	CREMA DE CALABACIN Y CALABAZA												X		
ALMUERZ	CINTA DE LOMO CON SALSA DE CHAMPIÑONES CON ARROZ	X					X	X		X	X		X		X
Kcal	FRUTA														
CENA															
Kcal															
JUEVES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
VIERNES															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
SABADO															
ALMUER															
Kcal															
CENA															
Kcal															
Domingo															
Almuer.															
Kcal															
CENA															
Kcal															