

DIABÉTICA 1800 KCAL (Pasta e arroz integrais)

| DÍA | 1º PRATO | 2º PRATO | SOBREMESA |
|-----|--|--|----------------------|
| 3 | Lentellas vexetais | Pescada prancha c/ ensalada 1-4 | logur desnatado 7 |
| 4 | Menestra de verduras | Polo ao forno c/ arroz | Froita |
| 5 | Crema de verduras | Lombo asado c/ pasta salteada 1 | logur desnatado 7 |
| 6 | Alubias vexetais | Palometa prancha c/ ensalada 4 | Froita |
| 7 | Sopa de fideos 1 | Polo prancha c/ champiñóns | logur desnatado 7 |
| 10 | Arroz tres delicias 3 | Pavo prancha c/ tomate | logur desnatado 7 |
| 11 | Garavanzos c/ espinacas | Pescada prancha c/ brécol 4 | Froita |
| 12 | FESTIVO | | |
| 13 | Xudías salteadas | Polo asado c/ macarróns salteados 1 | logur desnatado 7 |
| 14 | Crema de cenoria e cabaza | Tortilla francesa c/ pataca cocida 3 | Froita |
| 17 | Crema de cabaciña | Pavo prancha c/ pasta salteada 1 | Froita |
| 18 | Sopa de estrelas 1 | Bacallau prancha c/ patacas 4 | logur desnatado 7 |
| 19 | Sopa de verduras | Tortilla francesa con xamón e c/ arroz 3 | Froita |
| 20 | Crema de cenoria | Polo asado c/ macarróns salteados 1 | logur desnatado 7 |
| 21 | Garavanzos vexetais | Pescada prancha c/ ensalada 4 | Froita |
| 24 | Crema de cabaciña | Rape prancha c/ pasta salteada 1-4 | Froita |
| 25 | Ensalada lechuga, tomate, cebolla y zanahoria | Xamón asado c/ arroz | logur desnatado 7 |
| 26 | Sopa de estrelas 1 | Tortilla francesa c/ tomate 3 | logur desnatado 7 |
| 27 | Fabas vexetais | Palometa prancha c/ ensalada 4 | Froita |
| 28 | Crema de cabaza | Polo prancha c/ arroz | logur desnatado 7 |
| 31 | NON LECTIVO | | |

IMPORTANTE: La presencia/ ausencia de alérgenos en los platos puede variar debido a cambios en la receta provisional (cocina central) y/o a alteraciones en nuestros productos y proveedores habituales. Para más seguridad, consulten la trazabilidad del menú entregado cada día.



Leyenda: 1 gluten; 2 crustáceos; 3 huevo; 4 pescado; 5 cacahuetes; 6 soja; 7 lácteos; 8 frutos con cáscara; 9 apio; 10 mostaza; 11 sésamo; 12 moluscos; 13 altramuces; 14 sulfitos