

# CELÍACO

## PASTA SEN GLUTEN

FEBREIRO 2023

### LUNS

### MARTES

### MÉRCORES 1

### XOVES 2

### VENRES 3

CREMA DE VERDURAS

SOPA DE PASTA S/GLUTEN

CHÍCHAROS REFOGADOS

PESCADA Á PRANCHA

POLO Á PRANCHA

PESCADA COCIDA

PAVÃO PATAÇA COCIDA E ENSALADA DE TOMATE

CON PISTO DE VERDURAS

CON PATAÇA AO VAPOR

FROITA

IOGUR

FROITA

### LUNS 6

### MARTES 7

### MÉRCORES 8

### XOVES 9

### VENRES 10

LENTELLAS CON VERDURAS E ARROZ

ESPINACAS REFOGADAS

BRÓCOLI REFOGADO

XUDÍAS VERDES REFOGADAS

MINESTRA DE VERDURAS

TORTILLA PAISANA

LURAS NO SEU XUGO

POLO ASADO

BACALLAU COCIDO

TENREIRA NO SEU XUGO

CON ENSALADA

CON ARROZ

CON PATAÇA E ENSALADA

CON PATAÇAS E CHÍCHAROS

CON ARROZ E VERDURAS

FROITA

FROITA

FROITA

FROITA

FROITA

### LUNS 13

### MARTES 14

### MÉRCORES 15

### XOVES 16

### VENRES 17

ESPAGUETES S/GLUTEN C/SALSA DE TOMATE

BRÓCOLI REFOGADO

GARAVANZOS VEXETAIS

CREMA DE CENORIA

SOPA DE FIDEOS S/GLUTEN

PAVÃO NO SEU XUGO

SALMÓN Á PRANCHA

TORTILLA CON GAMBAS E CHAMPIÑÓN

PEIXE AZUL Á PRANCHA

TENREIRA E POLO COCIDO

CON ENSALADA

CON ARROZ E VERDURAS

CON ENSALADA

ESPAGUETES S/GLUTEN AO ALLO

CON PATAÇA E VERDURAS

FROITA

FROITA

IOGUR

FROITA

IOGUR

### LUNS 20

### MARTES 21

### MÉRCORES 22

### XOVES 23

### VENRES 24

CREMA DE VERDURAS

COLIFLOR REFOGADA

POLO Á PRANCHA

PESCADA COCIDA

CON ENSALADA

CON PATAÇAS COCIDAS

FROITA

FROITA

### LUNS 27

### MARTES 28

### MÉRCORES

### XOVES

### VENRES

CHÍCHAROS REFOGADOS

GRELOS CON PATAÇAS

PESCADA COCIDA

PAVÃO NO SEU XUGO

CON PATAÇA AO VAPOR

PASTA S/GLUTEN E SALSA DE TOMATE

FROITA

FROITA

Alimentación Saludable Gallega garante que estes menús foron planificados segundo as indicacións da Xunta de Galicia e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade