

DIABÉTICO SEN PEIXE, MARISCO NIN ENLATADO (Pasta e arroz integrais)

DÍA	1º PRATO	2º PRATO	SOBREMESA
3	Crema de coliflor e mazá 14	Pavo asado c/ patacas	logur desnatado 7
4	Brecol salteado	Lentellas vexetais 1	Froita
5	Sopa de fideos 1-3-6-10	Tortilla francesa c/ leituga e tomate 3	Froita
6	Crema de cabaza 14	Polo asado c/ arroz	logur desnatado 7
7	Espirais c/ tomate 1-3-6-10	Pavo asado c/ brócoli	Froita
10	Crema de cabaciña 14	Polo asado c/ pasta salteada 1-3-6-10	Froita
11	Sopa de verduras 1-3-6-10	Tortilla francesa c/ pementos 3	Froita
12	Crema de cenorias 14	Polo ao forno c/ arroz	Froita
13	Xudías salteadas	Lentellas c/ cabaza 1	Froita
14	Codillos c/ allo e perexil 1-3-6-10	Xamón asado c/ menestra	logur desnatado 7
17	Crema de cabaciña 14	Tortilla francesa c/ arroz 3	logur desnatado 7
18	Brecol salteado	Garavanzos c/ espinacas	Froita
19	Crema campeira 14	Polo asado c/ pasta salteada 1-3-6-10	logur desnatado 7
20	Brecol salteado	Fabas vexetais	Froita
21	Sopa de estrelas 1-3-6-10	Pavo prancha c/ pementos	Froita
24	Verduras salteadas	Lentellas vexetais 1	logur desnatado 7
25	Crema multiverduras 14	Pavo asado c/ pasta salteada 1-3-6-10	Froita
26	Crema de cabaza 14	Lomo c/ arroz	Froita
27	Xudías salteadas	Tortilla francesa c/ ensalada 3	logur desnatado 7
28	Sopa de pasta 1-3-6-10	Polo cocido c/ verdura	Froita

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 glúten; 2 crustáceos; 3 huevos; 4 pescado; 5 cacahuetes; 6 soja; 7 lácteos; 8 frutos con cáscara; 9 ajo; 10 mostaza; 11 vñano; 12 moluscos; 13 altramuces; 14 sultros