

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y calabacín - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 12.43%, G: 22.22%, HC: 65.35%, Az: 27.78gr Sal: 1.09gr, AGS: 2.71gr, 743.71 Kcal</p>	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta sin gluten con salsa de tomate, zanahoria, cebolla, pimiento y queso - Pavo al ajillo al horno - Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas, maíz y huevo duro - Fruta: manzana - Pan sin gluten <p>P: 14.06%, G: 37.87%, HC: 48.07%, Az: 22.14gr Sal: 1.62gr, AGS: 5.19gr, 648.56 Kcal</p>	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate y pepino aliñado v1 - Fruta: naranja - Pan sin gluten <p>P: 13.43%, G: 35.89%, HC: 50.68%, Az: 19.15gr Sal: 2.38gr, AGS: 3.55gr, 574.50 Kcal</p>	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de patata, guisantes, zanahoria y calabacín - Bacalao al horno con ajitos v3 - Ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 12.97%, G: 37.53%, HC: 49.50%, Az: 27.90gr Sal: 2.17gr, AGS: 2.86gr, 520.58 Kcal</p>	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Emblanque de merluza - Albóndigas de pollo al horno con salsa de tomate - Arroz hervido con ajo, aove y sal - Yogurt - Pan sin gluten <p>P: 13.69%, G: 28.22%, HC: 58.09%, Az: 21.25gr Sal: 1.36gr, AGS: 4.35gr, 760.92 Kcal</p>
<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, coliflor, puerro y champiñones - Salmón al horno con aove y perejil - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Fruta: manzana - Pan sin gluten <p>P: 20.01%, G: 30.20%, HC: 49.79%, Az: 19.09gr Sal: 4.26gr, AGS: 2.50gr, 527.13 Kcal</p>	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas con patata, berenjena y calabacín v.1 - Tortilla francesa al horno - Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria - Yogurt - Pan sin gluten <p>P: 15.84%, G: 39.79%, HC: 44.38%, Az: 22.32gr Sal: 2.27gr, AGS: 4.94gr, 597.00 Kcal</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta sin gluten con tomate, calabacín y queso - Bacalao al horno con ajitos v3 - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro - Fruta: pera - Pan sin gluten <p>P: 13.74%, G: 38.15%, HC: 48.10%, Az: 19.78gr Sal: 2.38gr, AGS: 5.62gr, 649.65 Kcal</p>	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa con garbanzos, arroz, zanahorias y patatas - Tortilla de patata con calabacín ta v2 - Tomate aliñado - Fruta: mandarina - Pan sin gluten <p>P: 13.36%, G: 30.55%, HC: 56.09%, Az: 15.20gr Sal: 1.07gr, AGS: 2.54gr, 557.94 Kcal</p>	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cazuela de arroz con merluza - Cinta de lomo de cerdo al horno en salsa - Arroz hervido - Fruta: naranja - Pan sin gluten <p>P: 12.43%, G: 30.34%, HC: 57.23%, Az: 16.40gr Sal: 1.09gr, AGS: 3.32gr, 689.16 Kcal</p>
<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín y puerros v1 - Pavo al horno con salsa de cebolla y ajo v3 - Patatas gajo especiadas al horno v1 - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 9.96%, G: 27.31%, HC: 62.73%, Az: 28.94gr Sal: 0.91gr, AGS: 2.66gr, 718.53 Kcal</p>	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz guisado con magro, tomate y guisantes v1 - Tortilla francesa al horno - Ensalada de lechuga, aceitunas y zanahoria - Fruta: pera - Pan sin gluten <p>P: 10.28%, G: 37.26%, HC: 52.45%, Az: 20.56gr Sal: 2.10gr, AGS: 4.28gr, 651.04 Kcal</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de judías blancas guisadas con patata, tomate y zanahoria - Merluza al horno con aceite de oliva y perejil v.2 - Pisto de calabacín y berenjena en salsa de tomate - Fruta: manzana - Pan sin gluten <p>P: 17.24%, G: 30.92%, HC: 51.84%, Az: 20.96gr Sal: 1.72gr, AGS: 2.33gr, 519.29 Kcal</p>	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta sin gluten con tomate y atún - Hamburguesa de pollo al horno en salsa de pimientos y cebolla - Ensalada de lechuga, maíz, zanahoria, pepino y huevo duro - Fruta: naranja - Pan sin gluten <p>P: 19.23%, G: 27.38%, HC: 53.39%, Az: 19.21gr Sal: 4.03gr, AGS: 3.89gr, 611.63 Kcal</p>	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puchero de garbanzos con calabaza, patata, zanahoria y pollo v1 - Tortilla de patata con cebolla ta v1 - Tomate aliñado - Yogurt natural - Pan sin gluten <p>P: 14.61%, G: 34.54%, HC: 50.85%, Az: 20.89gr Sal: 2.10gr, AGS: 4.83gr, 566.82 Kcal</p>
<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa de arroz con zanahorias, calabaza, patata y pollo - Bacalao al horno con ajitos v3 - Judías verdes al horno con salsa de tomate v2 - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 10.85%, G: 34.28%, HC: 54.87%, Az: 26.42gr Sal: 2.12gr, AGS: 3.08gr, 607.90 Kcal</p>	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas vegetales guisadas con patata, zanahoria y pimiento v1 - Huevos revueltos - Patatas panaderas con pimientos al horno v.1 - Yogurt - Pan sin gluten <p>P: 16.01%, G: 36.95%, HC: 47.04%, Az: 21.28gr Sal: 2.05gr, AGS: 5.07gr, 643.02 Kcal</p>	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pasta sin gluten con salsa de tomate, zanahoria, cebolla y pimiento - Pinchitos de pavo al horno con aove y perejil - Ensalada de lechuga, tomate, aceitunas, maíz y huevo duro - Fruta: pera - Pan sin gluten <p>P: 12.82%, G: 42.94%, HC: 44.23%, Az: 22.33gr Sal: 1.81gr, AGS: 5.28gr, 682.84 Kcal</p>	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz hervido con tomate - Contramuslo de pollo asado al horno al limón - Ensalada de lechuga, zanahoria, maíz y aceitunas. - Fruta: naranja - Pan sin gluten <p>P: 13.76%, G: 29.03%, HC: 57.21%, Az: 15.84gr Sal: 1.39gr, AGS: 2.34gr, 518.90 Kcal</p>	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de verduras con patata, calabacín, espinacas y cebolla - Rosada al horno con cebolla y tomillo v2 - Ensalada de brotes tiernos con tomate y manzana - Fruta: plátano - Pan sin gluten <p>P: 15.51%, G: 30.44%, HC: 54.05%, Az: 30.69gr Sal: 1.16gr, AGS: 2.33gr, 509.17 Kcal</p>
<p>29</p>	<p>30</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>

 F. Cáscara /
  Apio /
  Mostaza /
  Sésamo /
  SO2 /
  Moluscos /
  Altramuces /
  Gluten /
  Crustáceos /
  Huevos /
  Pescados /
  Cacahuets /
  Soja /
  Lácteos

Elaborado por:

Cristina Vázquez (Colegiada nº AND-646)

Catering El Cantaro. Tlf.: 951 10 27 48 - Ramón Hernández, 15. Polígono Villarosa. 29004 Málaga.