**COMIDA** / SIN HUEVO

# AGUSTINOS / abril 2026

Educater

María Teresa Hernández Muñoz
Dietista-Nutricionista
Nº Col. ARA00463

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | **1** Festivo | **2** Festivo | **3** Festivo |
| **6** Festivo | **7** Judías verdes con patata<br>Jamón york a la plancha<br>Ensalada Nº 1<br>Fruta de temporada<br>Pan<br>Pro: 27 Lip: 28 HC: 75 Kcal: 677 | **8** Macarrones sin gluten con tomate<br>Palometa al orio<br>Ensalada Nº 2<br>Fruta de temporada<br>Pan<br>Pro: 27 Lip: 31 HC: 108 Kcal: 857 | **9** Alubias pintas estofadas<br>Pechuga de pollo a la plancha<br>Ensalada Nº4<br>Pieza de fruta eco<br>Pan<br>Pro: 49 Lip: 26 HC: 85 Kcal: 766 | **10** Crema de verduras Eco<br>Croquetas de jamón y pollo caseras sin huevo<br>Yogur natural artesano<br>Pan<br>Pro: 36 Lip: 28 HC: 88 Kcal: 737 |
| **13** Arroz con tomate<br>Pechuga de pollo a la plancha<br>Ensalada Nº 3<br>Fruta de temporada<br>Pan<br>Pro: 35 Lip: 23 HC: 81 Kcal: 719 | **14** Sopa de cocido sin gluten<br>Atún con tomate<br>Ensalada Nº4<br>Pieza de fruta eco<br>Pan<br>Pro: 27 Lip: 20 HC: 70 Kcal: 560 | **15** Coliflor(eco)rehogada con patata<br>Salchichas frescas en salsa de tomate<br>Fruta de temporada<br>Pan<br>Pro: 29 Lip: 41 HC: 66 Kcal: 770 | **16** Garbanzos estofados con chorizo<br>Merluza al horno<br>Ensalada Nº 1<br>Pieza de fruta eco<br>Pan<br>Pro: 39 Lip: 37 HC: 76 Kcal: 765 | **17** Borrajas (eco) cocidas con patatas<br>Pollo asado con patatas fritas<br>Ensalada Nº 2<br>Yogur natural artesano<br>Pan<br>Pro: 39 Lip: 32 HC: 47 Kcal: 620 |
| **20** Lentejas con verduras<br>Hamburguesa a la plancha<br>Ensalada Nº 1<br>Fruta de temporada<br>Pan<br>Pro: 29 Lip: 34 HC: 65 Kcal: 718 | **21** Macarrones sin gluten con tomate y queso<br>Salmón al horno<br>Ensalada Nº 3<br>Pieza de fruta eco<br>Pan<br>Pro: 26 Lip: 34 HC: 113 Kcal: 859 | **22** Col(Eco) con patata y pimentón<br>Estofado de pavo<br>Cous cous<br>Fruta de temporada<br>Pan<br>Pro: 27 Lip: 21 HC: 78 Kcal: 639 | **23** Festivo | **24** Festivo |
| **27** Judías verdes con patata<br>Estofado de ternera<br>Ensalada Nº4<br>Fruta de temporada<br>Pan<br>Pro: 14 Lip: 30 HC: 81 Kcal: 669 | **28** Arroz con tomate<br>Merluza a la plancha<br>Ensalada Nº 2<br>Pieza de fruta eco<br>Pan<br>Pro: 30 Lip: 20 HC: 89 Kcal: 657 | **29** Acelgas(eco)rehogadas con patata<br>Pechuga de pollo a la plancha<br>Ensalada Nº 3<br>Fruta de temporada<br>Pan<br>Pro: 36 Lip: 27 HC: 62 Kcal: 668 | **30** Pasta sin gluten con verduras<br>Merluza a la plancha<br>Ensalada Nº 1<br>Pieza de fruta eco<br>Pan<br>Pro: 35 Lip: 24 HC: 110 Kcal: 807 | |

**ALÉRGENOS:** Altramuces · Apio · Cacahuetes · Gluten · Crustáceos · Sulfitos · Frutos secos · Sésamo · Huevo · Lácteos · Moluscos · Mostaza · Pescado · Soja