



Lunes

Martes

Irish School

Julio 2023

Menú Celíaco

Miércoles

Jueves



Viernes

3 Kcal 750 Glú 104 Líp 20 Pro 42

1° Patatas a la riojana

2° Albóndigas caseras de ternera sin gluten con champiñones

Postre Fruta Pan

10 Kcal 916 Glú 116 Líp 31 Pro 49

1° Espaguetis sin gluten al ajillo

2° Pechuga de pollo plancha con chips

Postre Fruta Pan

4 Kcal 814 Glú 105 Líp 26 Pro 45

1° Macarrones sin gluten con tomate

2° Merluza rebozada harina de maíz con pimientos

Postre Yogur Pan

11 Kcal 926 Glú 112 Líp 38 Pro 39

1° Garbanzos con zanahoria

2° Tortilla de patata con ensalada

Postre Yogur Pan

5 Kcal 660 Glú 79 Líp 23 Pro 37

1° Crema de calabaza

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan

12 Kcal 799 Glú 110 Líp 35 Pro 17

1° Patatas en salsa verde

2° Filete de ternera plancha con lechuga

Postre Fruta Pan

6 Kcal 915 Glú 135 Líp 33 Pro 25

1° Arroz con tomate

2° Tortilla de patata

Postre Fruta Pan

13 Kcal 660 Glú 79 Líp 23 Pro 37

1° Puré de verduras

2° Lomo adobado de cerdo con pimientos

Postre Fruta Pan

7 Kcal 837 Glú 105 Líp 26 Pro 52

1° Alubias rojas con chorizo

2° Bacalao al horno

Postre Helado Pan

14 Kcal 939 Glú 104 Líp 42 Pro 44

1° Arroz con tomate

2° Merluza a la romana con mahonesa

Postre Helado Pan



902 103 478

Atención al cliente



www.tamar.es

