

Lunes

1

Potaje de Garbanzos con Calabacín
Tortilla Francesa

Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Martes

2

Crema de Zanahoria
Ternera al Horno con Cebolla
Patatas Panaderas al Horno
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Miércoles

3

Lentejas con Chorizo
Tortilla de Patata Con Cebolla
Ensalada de Tomate
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Jueves

4

Paella de Verduras
Dados de Pavo al Horno
Zanahorias al Vapor
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada

Viernes

5

Espaguetis Sin Gluten con Tomate
Salmón al Horno en Salsa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

8

Potaje de Lentejas con Calabaza
Caballa en Aceite
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

9

Crema de Verduras
Contramuslo de Pollo al Horno
Arroz Pilaf
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Cena: Pasta + Huevo + Lácteo

10

Cazuela de Patatas con Bacalao
Pavo al Horno
Ensalada de Tomate
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

11

Espaguetis Sin Gluten Boloñesa
Tortilla de Patata Con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

12

Arroz con Tomate
Abadejo a Las Finas Hierbas
Pimientos asados
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada

Cena: Arroz + Carne + Lácteo

15

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo

16

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

17

Alubias con Chorizo
Pollo a la Cazadora
Ensalada de Tomate
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Fruta

18

Macarrones Sin Gluten con Tomate
Tortilla de Patatas con Calabacín
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

19

Garbanzos con Arroz
Salmón al Horno al Limón
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

22

Arroz con Tomate
Salchichas Frankfurt
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

23

Lentejas con Verduras
Tortilla de Patata Con Cebolla
Tomate Natural
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada

24

Cena: Arroz + Pescado + Fruta
Garbanzos con Verduras (Puchero sin
Carne)
Cinta de Lomo de Cerdo al Horno

Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

25

Cena: Ensalada + Carne + Lácteo
Crema Hortelana
Ternera al Horno con Cebolla
Arroz Pilaf
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

26

Cena: Verdura + Huevo + Fruta
Macarrones Sin Gluten con Tomate y
Orégano
Merluza al Horno en Salsa Verde
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta Temporada + Leche

Cena: Ensalada + Pescado + Lácteo**Cena:** Verdura + Carne + Fruta**Cena:** Pasta + Pescado + Lácteo**Cena:** Ensalada + Huevo + Fruta**Cena:** Verdura + Carne + Lácteo

mediterránea