

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3

FESTIVO

Sopa de ave con arroz
Brocheta de pollo
Tomate aliñado
Pan sin gluten
Fruta fresca

4

FESTIVO

Macarrones sin gluten con tomate
Cinta de lomo a la plancha
Zanahoria salteada
Pan sin gluten
Yogur natural/sabor

5

Alubias con verduras
Tortilla de patata
Lechuga y maíz
Pan sin gluten
Fruta fresca

6

Crema de zanahoria
Caballa en salsa de puerros
Arroz pilaf
Pan sin gluten
Fruta fresca

7

Arroz salteado con verduras
Filete de merluza a la plancha
Lechuga, tomate y zanahoria
Pan sin gluten
Fruta fresca

10

Crema de calabaza
Pechuga de pavo al horno
Patata panadera con cebolla al horno
Pan sin gluten
Fruta fresca

11

Sopa de ave con arroz
Tortilla de calabacín
Tomate aliñado
Pan sin gluten
Fruta fresca

12

Arroz a la milanese
Bacalao al horno en piperrada
Lechuga y maíz
Pan sin gluten
Fruta fresca

13

Espirales sin gluten con tomate
Cinta de lomo a al plancha
Lechuga y zanahoria
Pan sin gluten
Fruta fresca

14

Cocido andaluz
Salmón al horno con ajo y perejil
Lechuga y tomate
Pan sin gluten
Batido casero de yogur y fruta

17

Guiso de patatas con calamar
Tortilla francesa
Lechuga, tomate y atún
Pan sin gluten
Fruta fresca

18

Arroz con tomate
Filete de pollo al horno
Lechuga y zanahoria
Pan sin gluten
Yogur natural/sabor

19

Alubias blancas con patatas
Merluza en salsa verde
Guisantes salteados
Pan sin gluten
Fruta fresca

20

Ensalada variada con queso fresco
Macarrones sin gluten con atún

Pan sin gluten
Fruta fresca

21

Crema de zanahoria
Pechuga de pollo al horno
Patata panadera al horno
Pan sin gluten
Fruta fresca

24

Sopa de ave con fideos sin gluten
Pechuga de pollo al horno
Tomate aliñado
Pan sin gluten
Fruta fresca

25

Patatas estofadas con verduras
Fish and chips sin gluten
Pan sin gluten
Yogur natural/sabor



26

Paella de verduritas
Revuelto de patatas y cebolla
Lechuga, maíz y orégano
Pan sin gluten
Fruta fresca

27

Crema de calabacín
Magra a la plancha
Zanahoria salteada
Pan sin gluten
Fruta fresca

28

Espaguetis sin gluten con tomate
Merluza al horno con ajo y perejil
Lechuga, zanahoria y remolacha
Pan sin gluten
Fruta fresca

31

Crema de verduras y hortalizas
Tortilla de patata
Ensalada de tomate
Pan sin gluten
Yogur natural/sabor

1

Garbanzos con patatas
Lomo con pimiento y cebolla
Patata panadera al horno
Pan sin gluten
Fruta fresca

2

Lechuga, tomate, maíz y atún
Pechuga de pollo al horno
Patatas fritas
Pan sin gluten
Fruta fresca

3

Arroz con pollo
Merluza a la andaluza casera con harina de maíz
Lechuga y maíz
Pan sin gluten
Fruta fresca

4

Macarrones sin gluten con tomate
Caballa en salsa de zanahorias
Tomate aliñado
Pan sin gluten
Batido casero de yogur con fruta