

# Menú Sin gluten

LUNES 04	MARTES 05	MIÉRCOLES 06	JUEVES 07	VIERNES 08
Judías verdes salteadas al ajillo	Crema de calabaza	Arroz con salsa de tomate	Alubias pintas estofadas	Macarrones sin gluten con salsa de tomate
Magro horno/plancha	Jamonicos de pollo asados	Abadejo en salsa de puerros	Tortilla de patata y cebolla horno	Crema de garbanzos
Ensalada de lechuga	Ensalada de tomate	-	Ensalada de lechuga	-
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten
11	12	13	14	15
Arroz integral salteado con champiñones	Repollo al ajoarriero	Crema de zanahoria	Patatas guisadas	Sopa de cocido con fideos sin gluten
Cinta de lomo a la plancha	Tortilla de patata y cebolla horno	Pechuga de pavo horno/plancha	Merluza en salsa verde con guisantes	Cocido completo estofado (garbanzo, ternera, pollo, zanahoria)
Zanahoria salteada	Lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga	Ensalada de tomate	-
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten
18	19	20	21	22
Crema de calabaza	Garbanzos estofados	Sopa de ave con fideos sin gluten	Arroz con verduras (menestra)	Alubias blancas estofadas
Filete de cerdo horno/plancha	Tortilla francesa	Jamonicos de pollo asados	Filete de merluza a la plancha	Magro con salsa de tomate
Ensalada de tomate	Lechuga y zanahoria	-	Ensalada de lechuga	Patatas cocidas
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten
25	26	27	28	29
Patata y zanahoria al vapor	Arroz integral con salsa de tomate	Coliflor en salsa paprika	Sopa de cocido con fideos sin gluten	Crema de calabacín
Tortilla de patata y cebolla horno	Alubias blancas con judías y zanahoria	Cinta de lomo a la plancha	Cocido completo estofado (garbanzo, ternera, pollo, zanahoria)	Salmón a la marinera
Ensalada de tomate	-	Ensalada de lechuga	-	Lechuga y tomate
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten
01	02	03	04	05

