

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

VACACIONES NAVIDAD

1

Arroz con verduras  
Merluza al horno con ajo y perejil  
(zanahoria baby salteada)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

VACACIONES NAVIDAD

2

Espirales sin gluten con tomate  
Tortilla francesa  
(lechuga y maíz)  
Pan sin gluten  
Yogur natural

VACACIONES NAVIDAD

3

Crema de calabaza  
Estofado de pollo al curry  
(arroz pilaf)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

VACACIONES NAVIDAD

4

Sopa de ave con arroz  
Lomo con pimiento y cebolla  
(patatas fritas)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

VACACIONES NAVIDAD

5

Alubias con patatas  
Fogonero al horno  
(lechuga y tomate)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

8

Crema de verduras y hortalizas  
Magra a la plancha  
(patatas fritas)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

9

Garbanzos con calabaza  
Filete de merluza a la plancha  
(Tomate aliñado)  
Pan sin gluten  
Yogur natural

10

Arroz caldoso con pollo  
Revuelto de huevo  
(lechuga y remolacha)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

11

Macarrones sin gluten con tomate  
Filete de pollo al horno  
(calabacín asado)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

12

Ensalada variada con huevo  
Pechuga de pavo al horno  
(arroz pilaf)  
Pan sin gluten  
Batido casero de yogur con fruta

15

Sopa de ave con arroz  
Brocheta de pollo  
(patatas fritas)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

16

Macarrones sin gluten con tomate  
Salmón al horno con ajo y perejil  
(lechuga y remolacha)  
Pan sin gluten  
Yogur natural

17

Alubias con verduras  
Tortilla de patata  
(lechuga y maíz)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

18

Crema de zanahoria  
Cinta de lomo con tomate  
(arroz pilaf)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

19

Patatas estofadas con verduras  
Filete de merluza a la plancha  
(lechuga, tomate y zanahoria)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

22

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

23

Sopa de ave con arroz  
Tortilla de calabacín  
(tomate aliñado)  
Pan sin gluten  
Yogur natural

24

Arroz a la Milanesa  
Bacalao al horno en piperrada  
(lechuga y maíz)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

25

Espirales sin gluten con tomate  
Cinta de lomo con tomate  
(lechuga y zanahoria)  
Pan sin gluten  
Fruta Fresca

26

Cocido Andaluz  
Salmón con salsa de puerros  
(lechuga y tomate)  
Pan sin gluten  
Batido casero de yogur con fruta

29

Crema de zanahoria  
Pechuga de pollo al horno  
(patata panadera al horno)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca

30

Arroz con tomate  
Magra a la plancha  
(lechuga y zanahoria)  
Pan sin gluten  
Yogur natural

31

Patatas estofadas con verduras  
Merluza en salsa verde  
(judías verdes y guisantes salteados)  
Pan sin gluten  
Fruta fresca