

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

Crema de verduras y hortalizas
Tortilla de patata
(Ensalada de tomate)
Pan sin gluten
Fruta fresca

2

Garbanzos con patatas
Merluza a la andaluza sin gluten
casera
(Lechuga y maíz)
Pan sin gluten
Yogur natural

3

Lechuga, tomate, maíz y atún
Magra a la plancha
(Patata panadera al horno)
Pan sin gluten
Fruta fresca

4

Arroz con salsa de tomate
Filete de pollo al horno
(Lechuga y zanahoria)
Pan sin gluten
Fruta fresca

5

Macarrones sin gluten con tomate
Caballa en salsa de zanahorias
(Lechuga y maíz)
Pan sin gluten
Batido casero de yogur con fruta

8

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

9

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

10

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

11

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

12

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

15

Crema de verduras y hortalizas
Magra a la plancha
(Patatas fritas)
Pan sin gluten
Yogur sabor

16

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

17

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

18

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

19

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

22

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

23

Macarrones sin gluten aglio-olio con
jamón serrano
Salmón al horno con ajo y perejil
(Lechuga y remolacha)
Pan sin gluten
Yogur natural

24

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

25

Crema de zanahoria
Cinta de lomo con tomate
(Arroz pilaf)
Fruta fresca

26

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

29

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

30

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

1

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

2

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

3

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