

Lunes

- 2 Coliflor Rehogada
Tortilla de Patata con Calabacín.
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Martes

- 3 Pasta Sin Gluten al Gratén
Salmón al Horno.
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Verdura + Lácteo

Miércoles

- 4 Crema de Calabacín.
Tortilla Francesa.
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Legumbre + Fruta

Jueves

- 5 Paella de Verduras
Bacalao con Tomate.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

Viernes

- 6 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)
Garbanzos Estofados
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten
Yogur
Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 9 Judías Verdes Rehogadas
Bacalao al Horno.
Patatas Dado
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 10 Judías Pintas con Arroz
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11 Pasta Sin Gluten Napolitana
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 12 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)
Tortilla Francesa con Atún.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten
Yogur
Cena: Arroz + Pescado + Fruta

13



FESTIVO

- 16 Patatas Estofadas
Tortilla Francesa con Queso.
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Pescado + Lácteo

- 17 Pasta Sin Gluten Napolitana
Palometa al Horno
Zanahorias al Ajillo.
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Verdura + Fruta

- 18 Garbanzos Estofados
Tortilla de Patata con Cebolla.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 19 Crema de Coliflor
Limanda al Horno
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 20 Arroz con Tomate
Bacalao al Horno.
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Yogur
Cena: Verdura + Huevo + Fruta

- 23 Menestra Rehogada
Limanda al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Pasta + Verdura + Fruta

- 24 Judías Blancas Estofadas
Tortilla Francesa.
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 25 Pasta Sin Gluten con Tomate
Merluza al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Huevo + Fruta

- 26 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)
Garbanzos Estofados
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 27 Arroz Campesina
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten
Yogur
Cena: Verdura + Legumbre + Fruta

- 30 Pasta Sin Gluten con Tomate
Tortilla Francesa de Espinacas.
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten
Fruta de Temporada
Cena: Patata + Verdura + Fruta

mediterránea