

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
02	03	04	05	06
Garbanzos con verduras Estofado de magro de cerdo con patatas Ensalada César Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Ensalada de pasta sin gluten Abadejo en salsa verde Pisto de verduras Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Patatas estofadas con verduras Tortilla de calabacín Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Crema de verduras y hortalizas Pollo al horno o a la plancha Patatas fritas Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Arroz salteado con champiñones Merluza a la plancha Ensalada de lechuga, remolacha rallada y maíz Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos
09	10	11	12	13
Crema de calabacín Muslos de pollo al horno Arroz pilaf Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Espirales sin gluten con tomate Filete de pechuga de pavo al horno / plancha Tomate aliñado con oregano Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Crema de brócoli Abadejo a la plancha / horno Calabacín salteado Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Sopa de ave con fideos sin gluten Merluza al horno Patatas fritas Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos
16	17	18	19	20
Patatas estofadas con verduras Bacalao al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha rallada Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Ensalada de pasta sin gluten Jamoncitos de pollo horneados con salsa al curry Ensalada de lechuga, col y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Gazpacho Tortilla de patata y cebolla Judías verdes al ajillo Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	FESTIVO	Arroz salteado con cebolla y maíz Pavo al horno Patatas fritas Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos
23	24			
Sopa de ave con fideos sin gluten Cinta de lomo con tomate Ensalada mixta Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos	Arroz con salsa de tomate Tortilla francesa Tomate aliñado con oregano Fruta fresca y pan sin gluten y sin alérgenos "ESO"			

Este menú es sano y equilibrado, diseñado por nuestros expertos nutricionistas.

