

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
	Sopa de ave con fideos sin gluten Magro de cerdo horneado en salsa Patatas fritas Fruta fresca y pan sin gluten		FIESTA	
06	07	08	09	10
Patatas estofadas con verduras Bacalao al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga, zanahoria y remolacha rallada Fruta fresca y pan sin gluten	Paella mixta Pollo al curry Ensalada de lechuga, col y zanahoria Yogur y pan sin gluten	FIESTA	DIA NO LECTIVO	DIA NO LECTIVO
11	12	13	14	15
 Sopa de ave con fideos Tortilla corro Ensalada de lechuga, tomate, cebolla y maíz Fruta fresca y pan sin gluten	Patatas a la riojana Merluza en salsa verde con guisantes Guisantes salteados con cebolla Yogur y pan sin gluten	Arroz con verduras Cinta de lomo a la plancha / horno Tomate aliñado con oregano Fruta fresca y pan sin gluten	Crema de calabacín Filete de pechuga de pavo al horno / plancha Patatas fritas Yogur y pan sin gluten	DIA DEL CELIACO Patatas aliñadas Pechuga de pollo al limón Lechuga y zanahoria Fruta fresca
16	17	18	19	20
Macarrones sin gluten con tomate Filete de merluza a la plancha / al horno Ensalada de lechuga, tomate y cebolla Fruta fresca y pan sin gluten	Garbanzos estofados Tortilla de patata y cebolla Tomate aliñado con oregano Yogur y pan sin gluten	Arroz con tomate Muslos de pollo al horno Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan sin gluten	Espinacas salteadas con patatas Gallo san pedro al horno / plancha Zanahoria baby salteada con ajo y tomillo Yogur y pan sin gluten	 Crema de champiñón Cinta de lomo a la plancha / horno Patatas fritas Fruta fresca y pan sin gluten
21	22	23	24	25
Patatas estofadas con verduras Filete de pechuga de pavo al horno / plancha Tomate aliñado con oregano Fruta fresca y pan sin gluten	Crema de calabaza Cinta de lomo a la plancha / horno Arroz blanco Yogur y pan sin gluten	Macarrones sin gluten con tomate Fogonero en salsa de tomate Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan sin gluten	Sopa de ave con fideos sin gluten Filete de contramuslo de pollo al horno / plancha Patatas dado fritas Yogur y pan sin gluten	Alubias pintas con patatas Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca y pan sin gluten

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

