

Lunes

3 Arroz con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

10 Judías Verdes con Tomate
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Carne + Fruta

17 Patatas a la Riojana
Tortilla Francesa con Queso
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

24 Arroz con Tomate
Delicias de Merluza (Harina sin Gluten)
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

31



FESTIVO

Martes

4 Crema de Calabaza
Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

11 Judías Blancas con Chorizo
Cazón Adobado (Harina Sin Gluten)
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

18 Crema de Coliflor
Carcamusas
Guisantes en Guiso
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

25 Judías Blancas Estofadas con Verduras
Huevos Rellenos de Atún en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Ave + Lácteo

Miércoles

5 Paella de Verduras
Limanda a la Andaluza (Harina sin gluten),
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

12 Crema de Calabacín
Pollo Asado
Patatas Asadas
Zanahoria al Horno
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

19 Pasta Sin Gluten al Gratén
Bacalao en Papillote
Zanahoria al Horno
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Lácteo

26 Crema de Verduras
Pasta Sin Gluten con Caballa
Ensalada de Lechuga y Cebolla
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Fruta

Jueves

6 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)
Alitas de Pollo al Horno
Patatas Panadera
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta

13 Arroz Tres Delicias
Abadejo con Tomate
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

20 Sopa de Arroz
Escalope de Pollo sin Gluten Sin Huevo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Huevo + Lácteo

27 DIA NACIONAL DEL CELIACO
Patatas a la Riojana
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

Viernes

7 Garbanzos Enebollados
Caballa en Aceite
Pimientos Asados
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Pasta + Ave + Fruta

14 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

21 Garbanzos Estofados
Jurel al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Ave + Fruta

28 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo
Repollo Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Huevo + Fruta