

## Lunes

1



## Martes

2

Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)  
Cinta de Lomo Fresca al Horno  
Guisantes Rehogados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Arroz + Huevo + Lácteo

## Miércoles

3

Garbanzos Encebollados  
Merluza al Horno  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

## Jueves

4

Arroz a Banda  
Huevos En Salsa  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

## Viernes

5

Crema de Zanahoria  
Pollo en Pepitoria  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Pasta + Pescado + Fruta

8

Judías Verdes Rehogadas  
Pasta Sin Gluten con Caballa  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Ave + Lácteo

9

Arroz con Tomate  
Dados de Salmón. (Harina Sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Huevo + Fruta

10

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

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

11

Pasta a la Marinera (Pasta Sin Gluten)  
Tortilla Francesa de York  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Carne + Fruta

12

Crema de Verduras  
Alitas de Pollo al Horno  
Champiñón al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Pescado + Fruta

15

Pasta Sin Gluten con Tomate  
Caballa en Aceite  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

16

Paella de Verduras  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Fruta

17

Crema de Calabaza  
Abadejo a la Gallega  
Patatas Revolconas  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Lácteo

18

Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Ragout de Ternera Estofada  
Zanahorias al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

19



22

Brocoli Salteado  
Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Patata + Carne + Lácteo

23

Arroz Campesina  
Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)  
Menestra de Verduras Rehogada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

24

Crema de Calabacín  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Carne + Lácteo

25

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

**Cena:** Arroz + Huevo + Fruta

26

Patatas Guisadas con Chorizo  
Palometa a la Riojana  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur

**Cena:** Verdura + Ave + Fruta

29

Crema de Verduras  
Bacalao con Tomate  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Pasta + Ave + Fruta

30

Judías Pintas Estofadas  
Tortilla Francesa con Queso  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada

**Cena:** Verdura + Pescado + Lácteo

mediterránea