


ENERO 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lentejas guisadas con verduras Ventresca de merluza al horno.(PESCADO GLUTEN) *Lomo a la plancha *Salsa sin gluten Pera	Macarrones con atún(GLUTEN PESCADO) *Macarrones sin gluten y con carne Tortilla queso (HUEVO LACTEO) con ensalada *Tortilla francesa *York- Queso Mandarina	Sopa de fideo(GLUTEN) *Fideo sin gluten Cocido completo: Garbanzo, patata, zanahoria, pollo, chorizo y ternera. Manzana	Arroz con verduras Varitas de merluza(PESCADO GLUTEN). Con lechuga y maiz *Salchicha pavo *Filete merluza plancha Plátano	Puré de verduras Pinchitos de pollo a la plancha Mandarina
Patatas guisadas con verduras Lomo de cerdo a la plancha con ensalada Pera	Judía pinta guisada con calabacín. Croquetas caseras de carne (LACTEO , Y GLUTEN) Con ensalada *Croquetas con maíz, y caldo Mandarina	Paella (con pollo, magro calamares (MOLUSCOS CEFALÓPODOS) *paella sin calamares Halibut rebozado (PESCADO GLUTEN HUEVO) con ensalada *Halibut plancha *Pollo plancha	Garbanzos guisados con cebolla y zanahoria Tortilla queso (HUEVO LACTEO) con ensalada *Tortilla francesa *Salchicha pavo	Hervido de verduras(patata, zanahoria, judías verdes, cebolla. Atún con tomate (PESCADO) *Lacón plancha
Lentejas guisadas con verduras Filete de caballa con ensalada(PESCADO) *Filete de pavo Pera	Spaguetti boloñesa (GLUTEN) Tortilla atún (HUEVO PESCADO) con ensalada *Tortilla francesa *Filete merluza Mandarina	Puré de zanahoria, puerro y patata Pollo Asado con lechuga y tomate Manzana	Arroz con tomate Lacón plancha con lechuga y maiz Plátano	Alubia blanca guisadas con verduras Ventresca de merluza en salsa verde (PESCADO GLUTEN) *Salsa sin gluten *Lomo plancha Mandarina
Sopa de cocido con fideos (GLUTEN) *Pasta sin gluten Albóndigas guisadas con verduras y guisantes (GLUTEN HUEVO). *Albóndigas sin huevo y harina Pera	Garbanzos guisados con verduras Tortilla York(HUEVO LACTEO) con ensalada *Tortilla francesa *York Plancha Mandarina	Ensalada de pasta con tomate maíz y pavo (GLUTEN) *Pasta sin gluten Merluza en salsa de verduras (PESCADO GLUTEN) *Salsa sin harina *Pechuga pavo Manzana	 Plátano	

Todos los días se incluye una ración pan La salsa de tomate frito se hace con tomate zanahoria, cebolla, pimiento ajo y laurel En guisos como albóndigas y patatas guisadas, las verduras se incorporan trituradas para hacer la textura más agradable . En la pasta se incorpora un sofrito de pimiento, cebolla, zanahoria y laurel.

* Menú alternativo para alergias