


ENERO 2019 MILAGROSA

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

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**