

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Brócoli a la casera	Ensalada de pasta sin gluten tricolor con brotes y virutas de huevo (2, 3, 4, 11 y 14)	Potaje de garbanzos	Macarrones sin gluten gratinados (2, 3, 10 y 11)	Paella mixta (4, 5 y 6)
Pechuga de pollo a la plancha	Salmón al horno con eneldo (4, 5 y 6)	Tortilla de calabacín (3)	Filete ruso casero en salsa (14)	Garbanzos estofados vegetales
Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (14)	Patatas fritas	Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas (11 y 14)	Ensalada de lechuga, cebolla y remolacha (14)	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten
Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten	Lacteo o fruta (2) y Pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten
08	09	10	11	12
Arroz con pisto de verduras	Garbanzos estofados	JORNADA SUPERHÉROES	Espaguetis sin gluten con atún y tomate (4, 10 y 11)	Salpicón de pescado (4, 5, 6 y 14)
Filete de merluza a la plancha (4, 5 y 6)	Tortilla de patata (3)		Guiso de alubias casero	Milanesa de cerdo sin gluten (2, 3)
Ensalada de lechuga, remolacha y maíz dulce (14)	Ensalada de lechuga, cebolla y aceitunas (11 y 14)		Lácteo (2) o fruta y Pan sin gluten	Ensalada de tomate, aceitunas y maíz (11 y 14)
Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten		Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten
15	16	17	18	19
Ensaladilla rusa (3, 4, 11 y 14)	Arroz integral a la milanesa	Macarrones sin gluten salteados (10 y 11)	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de pajaritas sin gluten (2, 3, 4, 10, 11, 14)
Tortilla de patata (3)	Fingers de pescado caseros sin gluten (3, 4, 5, 6)	Boloñesa de carne (14)	Albóndigas caseras con salsa de tomate (14)	Pechuga de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga, tomate y cebolla (14)	Ensalada de lechuga, maíz y aceitunas (11 y 14)	Ensalada de lechuga, tomate, maíz, zanahoria y remolacha (14)	Patatas gajo	Patatas fritas
Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y Pan sin gluten	Helado vasito (2) y Pan sin gluten



¡ MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO

1. GLUTEN
2. LECHE
3. HUEVO
4. PESCADO
5. MOLUSCOS
6. CRUSTÁCEOS
7. FRUTOS SECOS

8. CACAHUETE
9. SÉSAMO
10. SOJA
11. ALTRAMUCES
12. MOSTAZA
13. APIO
14. ÓXIDO DE AZUFRE / SULFITOS



Fruta fresca de temporada (primavera): manzana, plátano/banana, pera, melón y sandía

La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.



Marién Rodiño Fariña
Técnico Superior en Dietética y Nutrición
DNI 35472376 M