

**LUNES**

**MARTES**

**MIÉRCOLES**

**JUEVES**

**VIERNES**

**FIESTA**

01

- Ensalada de lechugas variadas, tomate, **zanahoria rallada** y maíz
- Lentejas con verduras
- Pan sin gluten
- Yogurt de soja

02

- Tirabuzones sin gluten con salsa de tomate
- Filete de merluza al horno con zanahoria baby salteada
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

03

- **Arroz** campesina (cebolla, guisantes, tomate, pimiento, zanahoria y calabacín)
- **Pechuga de pollo** a la plancha con lechuga
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

04

- Crema de calabacín (calabacín, cebolla y patata)
- Pechuga de pavo con salsa de cebolla
- Pan sin gluten
- **Fruta (no rosácea)**

05

08

- **Judía verde** con patata al vapor
- Lomo a la plancha con lechuga y zanahoria rallada
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

09

- **Arroz** napolitana (con salsa de tomate natural)
- Filete de bacalao al horno con salsa de setas
- Pan sin gluten
- **Fruta (no rosácea)**

10

- Espaguetis sin gluten vegetales con salsa de tomate
- **Muslo de pollo** al horno con lechuga y maíz
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

11

- Crema de **zanahoria**
- **Judía blanca** arrocería estofada con verduras y arroz
- Pan sin gluten
- Yogurt de soja

12

- Espinacas con patata
- Pechuga de pavo a la plancha con tomate al horno
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

15

- Crema de **calabaza** (calabaza, patata y cebolla)
- Lomo a la plancha con lechuga y zanahoria
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

16

- Col y patata
- **Pechuga de pollo** a la plancha con sanfaina (tomate, calabacín, cebolla, **berenjena** y pimiento)
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

17

- Ensalada de lechugas variadas, tomate, **zanahoria rallada** y maíz
- Lentejas de la huerta (patata, cebolla, zanahoria, tomate y **pimiento**)
- Pan sin gluten
- Yogurt de soja

18

- **Arroz** con champiñones salteados
- Lomo de salmón al horno con lechuga
- Pan sin gluten
- **Fruta (no rosácea)**

19

- **Acelgas** con **patata** al vapor
- **Pollo** a la plancha con hilos de cebolla y ruedas de patata
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

22

- **Arroz** napolitana
- Lomo a la plancha con lechuga, espárragos y maíz
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

23

- Crema de **calabacín** (calabacín, cebolla y patata)
- Filete de pavo al horno con salsa de tomate y pimiento
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

24

- Sopa de verduras con pasta sin gluten
- Suprema de merluza al horno con ruedas de patata
- Pan sin gluten
- Fruta (no rosácea)

25

- "Trinxat" de la Cerdanya (col y patata)
- Filete de pavo al horno con tomate al horno
- Pan sin gluten
- **Fruta (no rosácea)**

**DIA DEL CELÍACO** 26

- **Garbanzos estofados con verduras**
- **Pechuga de pavo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz**
- Pan sin gluten
- **Fruta (no rosácea)**

29

- Judía verde y patata
- Filete de bacalao al orio con lechuga y tomate
- Pan sin gluten
- **Fruta (no rosácea)**

30

- Ensalada de **arroz** vegetal
- Lomo a la plancha con zanahoria baby salteada
- Pan sin gluten
- Yogur de soja

31

- Crema de verduras (judía verde, zanahoria, cebolla y patata)
- **Pollo** al estilo del Chef (pimiento, cebolla y champiñones)
- Pan sin gluten
- **Fruta (no rosácea)**



**ecológico**



**Km 0**