

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE



Sin Gluten

MES: Enero 2022

COLEGIO: - Nombre del Colegio -

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

	3	4	5	6	7
	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES	VACACIONES
10	Pasta (sin gluten) con salsa de tomate Abadejo a la plancha con ensalada de lechuga y brotes de soja Yogur y pan (sin gluten)	11 Garbanzos estofados con verduras Revuelto de jamón york con ensalada de lechuga, tomate y maíz Fruta y pan (sin gluten)	12 Salteado de judías verdes con patatas y zanahoria Estofado de ternera con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten)	13 Crema de zanahoria Rape a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	14 TIERRA DE SABOR Alubias estofadas con verduras Pollo asado al ajillo con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan (sin gluten)
17	Sopa de pasta (sin gluten) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y maíz Yogur y pan (sin gluten)	18 Alubias estofadas con verduras Palometa en salsa de coco y cúrcuma con champiñones salteados Fruta y pan (sin gluten)	19 Crema de verduras Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan (sin gluten)	20 Arroz caldoso de verduras Merluza a la bilbaina con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	21 Sopa de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta y pan (sin gluten)
24	Arroz a la napolitana Lomo al ajillo con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten)	25 Patatas estofadas con magro Merluza en salsa marinera con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten)	26 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y maíz Fruta y pan (sin gluten)	27 Pasta (sin gluten) con salsa de tomate Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Postre especial y pan (sin gluten)	28 Menestra de verduras salteadas Rape a la plancha con ensalada de lechuga y cebolla Fruta y pan (sin gluten)
31	Crema de puerros Pollo asado con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria Yogur y pan (sin gluten)				