

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

4 Estofado de Patatas con Verduras  
Salchichas Frescas al Vino  
Zanahorias al Ajillo  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

5 Judías Blancas Estofadas con Verduras  
Tortilla Francesa con Atún  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Ave + Lácteo**

6 Pasta Sin Gluten Napolitana  
Salmón al Horno  
Pimientos Asados  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

7 Crema de Brócoli y Zanahoria  
Tortilla de Patata  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Carne + Lácteo**

1 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

11 Crema de Calabacín  
Ternera al Horno  
Patatas Dado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Huevo + Fruta**

12



13 Arroz con Tomate  
Tortilla Francesa de York  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Pescado + Lácteo**

14 Pasta Sin Gluten con Verduras  
Palometa con Tomate  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

15 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria  
Pasta Sin Gluten Boloñesa de Pollo  
Ensalada de Lechuga y Cebolla  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**

19 Judías Pintas con Chorizo  
Tortilla de Patata con Cebolla  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Carne + Fruta**

20 Arroz con Verduras  
Jurel al Ajillo  
Zanahoria Rehogada  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Ave + Lácteo**

21 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)  
Escalope de Pollo sin Gluten Sin Huevo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Pescado + Lácteo**

22 Garbanzos Estofados con Verduras  
Limanda al Horno  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Arroz + Carne + Fruta**

25 Pasta Sin Gluten con Tomate  
Bacalao a la Andaluza (Harina sin Gluten)  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Arroz + Ave + Fruta**

26 Crema de Coliflor  
Cinta de Lomo al Horno  
Patatas Panadera  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Pasta + Pescado + Lácteo**

27 Marmitako de Salmón  
Tortilla Francesa  
Ensalada de Lechuga y Tomate  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

28 Paella de Marisco  
Rotti de Pavo al Horno  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada  
**Cena: Patata + Pescado + Fruta**

29 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)  
Cocido Completo  
Repollo Rehogado  
Pan Sin Gluten y Agua  
Fruta de Temporada y Yogur  
**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

mediterránea