

Lunes

- 2 Macarrones con Salsa de Tomate SIN GLUTEN/HUEVO
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 9 Sopa de Verduras SIN GLUTEN
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 16 Patatas Riojanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 23 Brócoli guisado
Tortilla de Patata
Fritada
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

30



Martes

- 3 Guisantes a la Sevillana
Caballa en Aceite
Fritada
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 10 Acelgas con Patatas
Filete de Pollo al Horno
Champiñones Salteados
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 17 Brócoli guisado
Palometa con Tomate
Patatas Asadas/Horno
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 24 Garbanzos Estofados
Merluza a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

31



Miércoles

- 4 Crema de Brócoli y Calabacín ECO
Lomo Adobado a la Gallega
Patatas Asadas/Horno
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 11 Arroz Campesina
Filete de Cabezada de Cerdo al Horno
Tomate aliñado
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 18 Coliflor al Horno con Queso Gratinado
Lomo Asado en Salsa de Manzana
Ensalada de Lechuga
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

- 25 Borraja con Patatas
Estofado de Ternera
Zanahorias Salteadas
Fruta de Temporada
Pan Sin Gluten

Jueves

- 5 Judías Verdes Guisada con Patata
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur
Pan Sin Gluten

- 12 Menestra de Verduras Rehogadas
Pollo al Ajillo
Patatas Asadas/Horno
Yogur
Pan Sin Gluten

- 19 Crema de Zanahoria y Calabacín ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Yogur
Pan Sin Gluten

- 26 Crema de Coliflor con Calabaza
Magro de Cerdo Guisado
Ensalada de Lechuga
Yogur
Pan Sin Gluten

Viernes

- 6 Alubias Pintas Estofadas
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten

- 13 Garbanzos a la Catalana
Merluza Ajoarriero
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten

- 20 Alubias Blancas Estofadas
Abadejo en Salsa Verde
Guisantes
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten

- 27 Arroz Blanco Integral con Tomate
Alubias Pintas Estofadas
Ensalada de Lechuga y Maíz
Macedonia Casera
Pan Sin Gluten



Lunes

2 Macarrones Integrales con Salsa de Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Pan

9 Sopa de Verduras
Tortilla de Patata
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Pan

16 Patatas Riojanas
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Maíz
Fruta de Temporada
Pan

23 Brócoli guisado
Tortilla de Patata
Fritada
Fruta de Temporada
Pan

30



FESTIVO

Martes

3 Guisantes a la Sevillana
Caballa en Aceite
Fritada
Fruta de Temporada
Pan Integral

10 Acelgas con Patatas
Filete de Pollo al Horno
Champiñones Salteados
Fruta de Temporada
Pan Integral

17 **Brócoli guisado**
Palometa con Tomate
Patatas Asadas/Horno
Fruta de Temporada
Pan Integral

24 Garbanzos Estofados
Merluza a la Gallega
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Fruta de Temporada
Pan Integral

31



FESTIVO

Miércoles

4 Crema de Brócoli y Calabacín ECO
Lomo Adobado a la Gallega
Patatas Asadas/Horno
Fruta de Temporada
Pan

11 Arroz Campesina
Filete de Cabezada de Cerdo al Horno
Tomate aliñado
Fruta de Temporada
Pan

18 Coliflor al Horno con Queso Gratinado
Lomo Asado en Salsa de Manzana
Ensalada de Lechuga
Fruta de Temporada
Pan

25 Borraja con Patatas
Estofado de Ternera
Zanahorias Salteadas
Fruta de Temporada
Pan

Jueves

5 Judías Verdes Guisada con Patata
Pollo Asado
Ensalada de Lechuga y Maíz
Yogur
Pan Integral

12 Menestra de Verduras Rehogadas
Pollo al Ajillo
Patatas Asadas/Horno
Yogur
Pan Integral

19 Crema de Zanahoria y Calabacín ECO
Albóndigas de Pollo en Salsa
Ensalada de Lechuga y Tomate
Yogur
Pan Integral

26 Crema de Coliflor con Calabaza
Magro de Cerdo Guisado
Ensalada de Lechuga
Yogur
Pan Integral

Viernes

6 Alubias Pintas Estofadas
Palometa con Tomate
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan

13 Garbanzos a la Catalana
Merluza Ajoarriero
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Macedonia Casera
Pan

20 Alubias Blancas Estofadas
Abadejo en Salsa Verde
Guisantes
Macedonia Casera
Pan

27 Arroz Blanco Integral con Tomate
Alubias Pintas Estofadas
Ensalada de Lechuga y Maíz
Macedonia Casera
Pan

