

MENÚ SIN GLUTEN - OCTUBRE 2018

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
- Día 1-	- Día 2-	- Día 3-	- Día 4-	- Día 5-
Patatas marineras (2,4,12,14) <u>Tortilla francesa con ens. Tomate</u> (3) Postre y pan	Judías blancas con chorizo (6) Pollo al horno con ens. De lechuga y maíz Postre y pan	Paella valenciana <u>Tilapia a la Andaluza (harina de maíz) con jardinera</u> (4) Postre y pan	Sopa de cocido (<u>sin alergen</u> os) Complemento del cocido (6) Postre y pan	Menestra de verduras al ajo arriero Ternera asada en su jugo con patatas dado y zanahoria Postre y pan
- Día 8-	- Día 9-	- Día 10-	- Día 11-	- Día 12-
Judías verdes rehogadas Lomo de cerdo al horno <u>con calabacín dado</u> Postre y pan	Macarrones (<u>sin alergen</u> os) c/tomate y queso (7) F. merluza en salsa verde con verduras (4) Postre y pan	Lentejas Campesinas Tortilla española con ens. De maíz y tomate (3) Postre y pan	Puré de verduras <u>Filete de pollo (sin empanar) con patatas</u> Postre y pan	FESTIVO
- Día 15-	- Día 16-	- Día 17-	- Día 18-	- Día 19-
Arroz con tomate Fil. De pescadilla al limón con ens. De lechuga y zanahoria (4) Postre y pan	Garbanzos con verduras Carrillera de cerdo con zanahoria baby y patatas cuadro Postre y pan	Patatas guisadas con verduras Tortilla francesa con loncha de queso (3,7) Postre y pan	Judías pintas est. Con chorizo (6) <u>Fil. Pescado al horno con tomate natural</u> (4) Postre y pan	Puré de calabaza <u>Albóndigas (sin alergen</u> os) <u>con champi y patatas dado</u> Postre y pan
- Día 22-	- Día 23-	- Día 24-	- Día 25-	- Día 26-
Coditos con tomate y cebolla (<u>sin alergen</u> os) <u>Tortilla de patatas c/lechuga y maíz</u> (3) Postre y pan	Lentejas campesinas Merluza Menière (aceite, limón, cebolla) c/lechuga y tomate (4) Postre y pan	Puré de calabacín y puerros Pollo asado con manzana y patatas fritas Postre y pan	Arroz Tres Delicias (2,3,6) <u>Fil. Pescado al limón con tomate natural</u> (4) Postre y pan	Sopa de cocido (<u>sin alergen</u> os) Complemento del cocido (6) Postre y pan
- Día 29-	- Día 30-	- Día 30-		
Arroz con tomate <u>Fil. Pescado al horno c/ens. Lechuga y maíz</u> (4) Postre y pan	Patatas marineras (2,4,12,14) Tortilla francesa con gajos de tomate (3) Postre y pan	Judías blancas con hortalizas <u>Merluza a la Andaluza (harina de maíz) c/ensalada de lechuga</u> (4) Postre y pan		

Postres: lunes, miércoles, jueves fruta de temporada; martes y viernes **lácteo** (de **soja** si procede). Se utilizarán productos especiales aptos para celíacos incluidos en lista Oficial FACE

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos