

MENÚ CELÍACO - SEPTIEMBRE 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>11 -Espaguetis (maíz-arroz) con boloñesa de atún. -Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>12 -Lentejas guisadas con verduras (patata, zanahoria, cebolla, ajo y laurel). -Caballa en aceite de oliva virgen con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>13 -Arroz blanco con tomate frito casero. -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>14 -Puré de calabacín, puerro y patata con aceite de oliva virgen. -Merluza al horno con zanahoria salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>15 -Judías blancas guisadas con patata y zanahoria. -Jamoncito de pollo al horno con guisantes. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.</p>
<p>18 -Hervido de verduras (judías verdes, patata, zanahoria y calabacín) con aceite de oliva virgen -Tilapia en salsa vizcaína (tomate y cebolla) con calabaza salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>19 -Judías pintas estofadas con verduras (cebolla, pimientos, zanahoria y tomate). -Taquitos de contramuslo de pollo en salsa de tomate con champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>20 -Arroz de marisco con pimientos, cebolla y zanahoria. -Tortilla de atún con ensalada de lechuga y tomate. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>21 -Macarrones (maíz-arroz) Napolitana (tomate frito casero, cebolla y zanahoria). -Burguer meat mix al horno con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua</p>	<p>22 -Garbanzos guisados con calabaza y espinacas. -Ventresca de bacalao al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.</p>
<p>25 -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). -Jamoncito de pollo al horno con champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>26 -Arroz con verduras (pimientos, zanahoria, calabacín y brócoli). -Merluza al horno con guisantes salteados. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>27 -Lentejas guisadas con verduras (cebolla, patata, zanahoria y tomate). -Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>28 -Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen. -Caballa en aceite de oliva virgen con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>29 -Estofado de judías blancas con cebolla, zanahoria y patata. -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.</p>