

MENÚ NOVIEMBRE 2020 NO GLUTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 -ENSALADA DE LENTEJAS, POLLO Y CILANTRO. -HAMBURGUESA DE CERDO CON PATATA ASADA 12 -FRUTA DEL TIEMPO	3 - CREMA DE ZANAHORIA - LENGUADO A LA PLANCHA CON LECHUGA Y TOMATE 4 -FRUTA DEL TIEMPO	4 - ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON SALSA DE TOMATE -TORTILLA DE JAMÓN YORK CON TOMATE ALIÑADO 3 -FRUTA DEL TIEMPO	5 -POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS -POLLO ASADO CON LECHUGA Y MAÍZ -FRUTA DEL TIEMPO	6 -TREMPO CON ATÚN 4 (TOMATE, PIMIENTO Y CEBOLLA) - PAELLA DE CARNE SIN GUISANTES -YOGUR (7) O FRUTA DEL TIEMPO
9 - CREMA DE GUISANTES, PUERRO Y PATATA -BACALAO CON TOMATE ALIÑADO 4 -FRUTA DEL TIEMPO	10 -MACARRONES SIN GLUTEN A LA CARBONARA 7 -PECHUGA PAVO PLANCHA CON LECHUGA Y ACEITUNAS -FRUTA DEL TIEMPO	11 - ARROZ BLANCO CON ZANAHORIA Y POLLO - MERLUZA A LA PLANCHA CON LECHUGA Y TOMATE 4 -FRUTA DEL TIEMPO	12 - ALUBIAS CON TOMATE -TORTILLA FRANCESA CON JUDÍA VERDE 3 -FRUTA DEL TIEMPO	13 -ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, PAVO Y PIÑA) - FIDEUÁ MIXTA 2,4,14 -YOGUR (7) O FRUTA DEL TIEMPO
16 - SOPA MARAVILLA SIN GLUTEN 9 -SOLOMILLO CERDO CON JUDÍA VERDE Y ZANAHORIA -FRUTA DEL TIEMPO	17 -CREMA DE CALABAZA Y PATATA -GALLO AL HORNO CON ENSALADA DE TRAMPÓ -FRUTA DEL TIEMPO	18 -FUSILLI SIN GLUTEN CON ATÚN 4 -TORTILLA DE CALABACÍN CON LECHUGA Y MAÍZ 3 -FRUTA DEL TIEMPO	19 -GARBANZOS DE LA ABUELA 12 -POLLO A LA PLANCHA CON TOMATE ALIÑADO -FRUTA DEL TIEMPO	20 ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, CANGREJO Y SALMÓN) 2,3,4,14 -ARROZ CUBANA 3 -YOGUR (7) O FRUTA DEL TIEMPO
23 -ESPAGUETI SIN GLUTEN CON TOMATE Y ACEITUNAS -LONGANIZA FRESCA CON LECHUGA Y ZANAHORIA 12 -FRUTA DEL TIEMPO	24 -POTAJE DE LENTEJAS CON VERDURAS -TORTILLA DE PATATA CON TOMATE ALIÑADO 3 -FRUTA DEL TIEMPO	25 -CREMA DE TOMATE CON ALBAHACA -POLLO AL CURRY CON ARROZ AL HORNO -FRUTA DEL TIEMPO	26 -SOPA JULIANA SIN GLUTEN 9 -MERLUZA A LA MALLIRQUINA CON PATATA HORNO 4 -FRUTA DEL TIEMPO	27 -ENSALADA (LECHUGA, TOMATE, MAIZ Y MOZZARELLA)7 - PAELLA DE CARNE SIN GUISANTES -YOGUR (7) O FRUTA DEL TIEMPO
31 -ARROZ TRES DELICIAS 2,3,4,14 -SALMÓN PARRILLA CON TOMATE Y OREGANO 4 -FRUTA DEL TIEMPO				

*A LAS DIETAS ASTRINGENTES DE PETICIÓN DIARIA SE LES SERVIRÁ: **SOPA DE CALDO + PECHUGA DE POLLO O PAVO A LA PARRILLA CON ARROZ O PATATAS COCIDA**

1 GLÚTEN	2 CRUSTÁCEOS	3 HUEVOS	4 PESCADOS	5 CACAHUETES	6 SOJA	7 LÁCTEOS	8 FRUTOS SECOS	9 APIO	10 MOSTAZA	11 SÉSAMO	12 SULFITOS	13 ALTRAMUZ	14 MOLUSCOS
-------------	-----------------	-------------	---------------	-----------------	-----------	--------------	-------------------	-----------	---------------	--------------	----------------	----------------	----------------

