

Menús sin gluten

Enero 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
10	11	12	13	14
Lentejas estofadas Solomillo con ensalada Fruta	Macarrones con carne y salsa de tomate Calamares fritos con lechuga Yogur/Fruta	Crema de calabacín Carrillera estofada con patata cuadrada y champiñón Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Fruta	Arroz con pollo y verduras Revuelto de York con rodaja de tomate Fruta
17	18	19	20	21
Judías verdes con jamón Tortilla de patata con ensalada Fruta	Alubias blancas con refrito Filete de merluza con rodaja de tomate Yogur/Fruta	Patatas guisadas con costilla Filete de pollo plancha con lechuga Fruta	Crema de calabaza Salchichas frescas con patatas paja Fruta	Espaguetis con bonito y salsa de tomate Pizza de York y queso con ensalada Fruta
24	25	26	27	28
Arroz meloso con bacalao Filete de cerdo con patatas Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Yogur/Fruta	Crema de zanahoria Lomo de merluza con rodaja de tomate Fruta	Caracolillos con chorizo y salsa de tomate Revuelto de bonito con lechuga Fruta	Judías verdes con jamón Pollo asado en salsa con patata panadera Fruta
31				
Sopa de pollo Albóndigas estofadas con patata cuadrada Fruta				

**Nota: Todos los segundos platos se sirven con guarnición.
Para el postre siempre habrá la opción de Fruta**

Menús de Enero 2022

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
10	11	12	13	14
Lentejas estofadas Lomo de Sajonia con ensalada Fruta	Macarrones con carne y salsa de tomate Calamares fritos con lechuga Yogur/Fruta	Crema de calabacín Carrillera estofada con patata cuadrada y champiñón Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Fruta	Arroz con pollo y verduritas Revuelto de York con rodaja de tomate Fruta
17	18	19	20	21
Judías verdes con jamón Tortilla de patata con ensalada Fruta	Alubias blancas con refrito Filete de merluza con rodaja de tomate Yogur/Fruta	Patatas guisadas con costilla Filete de pollo plancha con lechuga Fruta	Crema de calabaza Salchichas frescas con patatas paja Fruta	Espaguetis con bonito y salsa de tomate Pizza de York y queso con ensalada Fruta
24	25	26	27	28
Arroz meloso con bacalao Filete de cerdo con patatas Fruta	Sopa de cocido Cocido completo Yogur/Fruta	Crema de zanahoria Lomo de merluza con rodaja de tomate Fruta	Caracolillos con chorizo y salsa de tomate Revuelto de bonito con lechuga Fruta	Judías verdes con jamón Pollo asado en salsa con patata panadera Fruta
31				
Sopa de pollo Albóndigas estofadas con patata cuadrada Fruta				
































**Nota: Todos los segundos platos se sirven con guarnición.
Para el postre siempre habrá la opción de Fruta**

TABLA DE ALÉRGENOS POR PLATO



POSTRES	
Batido de cacao	
Bifrutas tropical	
Copa de chocolate	 
Flan Vainilla	
Natillas	
Petit Suisse fresa	
Yogures	

PRIMEROS

Alubias blancas con carne, chorizo o lacón	
Alubias pintas con chorizo o refrito	
Arroz con verduritas y conejo	
Arroz con costilla y verduritas	
Arroz con minisalchichas y zanahoria	
Arroz con tomate	
Caracolitos con bonito en salsa de tomate	 
Caracolitos con chorizo en salsa de tomate	
Crema de calabacín	
Crema de calabaza	
Crema de zanahoria	
Ensalada de arroz con palitos de cangrejo	    
Espaguetis a la boloñesa	
Espaguetis con bonito y queso	 
Espaguetis con chorizo y queso	
Espaguetis con picadillo	
Espirales con bonito y queso	 
Fideuá con calamares y gambas	 
Fideuá con conejo y champiñón	
Fideua con gambas y mejillones	  
Fideuá con pollo y mini verduras	
Garbanzos con espinacas	
Garbanzos con bacalao	
Judías verdes con jamón serrano o chorizo	
Lentejas a la jardinera /estofadas	
Lentejas estofadas con chorizo	
Macarrones boloñesa	
Macarrones con bonito y queso	 
Menestra de verdura con carne	
Paella mixta	  
Patatas con pulpo	
Patatas guisadas con bacalao	
Patatas guisadas con costillas	
Potaje de garbanzos	
Repollo con jamón	
Sopa de cocido	
Sopa de pescado	 
Sopa de pollo	

SEGUNDOS

Albóndigas en salsa con patatas	 
Bacon	
Calamares fritos	     
Carne guisada	
Chuleta de cerdo	
Cocido	
Filete de lomo	
Filete de merluza rebozado	   
Filete de pescado	   
Filete de pollo empanado	 
Filete de Sajonia	
Hamburguesa	 
Huevos fritos con bacon	 
Lomo adobado	
Merluza rebozada	    
Palitos de pescado	         
Pechuga de pollo empanado	 
Pechuga en salsa	
Pescado al horno	
Pescado empanado	 
Pizza de jamón york y queso	      
Pollo asado	
Redondo de cerdo	
Revuelto de bonito	 
Revuelto de York	
Rodaja de merluza	    
Sajonia	
Salchichas Frankfurt	
Salchichas frescas	
San Jacobo	  
San Marino	         
Ternera estofada	
Tortilla de patata	