

MENÚ CELÍACO - NO HUEVO - NO PESCADO BLANCO - NO TERNERA  
NO CACAO NOVIEMBRE 2019



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>SEMANA 2 (DEL 4 AL 8)</b>	<b>FESTIVO</b>	Lentejas guisadas con cebolla, zanahoria y patata. --- Pechuga de pavo con ensalada de lechuga y maíz. --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Arroz con verduras (brócoli, pimientos, calabacín y zanahoria) --- Lomo de cerdo a la pancha con ensalada de lechuga y maíz. --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Puré de calabacín y patata con aceite de oliva virgen. --- Guiso de pavo con menestra de verduras (judías verdes, alcachofa, guisantes, champiñones, espárragos, zanahoria y coliflor) --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Garbanzos con arroz. --- Palometa en salsa vizcaína (tomate y cebolla) --- Fruta/Yogur, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.
<b>SEMANA 3 (DEL 11 AL 15)</b>	Arroz blanco con tomate casero. --- Palometa con verduras (judías verdes, zanahoria y guisantes) --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Judías pintas guisadas con cebolla, pimientos, tomate y calabacín. --- Filete de pavo con ensalada de lechuga y tomate natural. --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Crema de verduras con patata, judías verdes, zanahoria y aceite de oliva virgen. --- Jamoncitos de pollo en salsa con champiñones. --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	<b>Arroz con potón y verduras (pimientos, tomate, brócoli y calabacín)</b> --- <b>Lomo de cerdo con ensalada de lechuga y zanahoria.</b> --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Lentejas estofadas con cebolla, calabacín, tomate, ajo y laurel. --- <b>Marrajo al horno con calabaza.</b> --- Fruta/Yogur, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.
<b>SEMANA 4 (DEL 18 AL 22)</b>	Puré de guisantes, puerro y patata con aceite de oliva virgen. --- Aguja de cerdo con pisto. --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Estofado de judías blancas con zanahoria, cebolla, tomate, ajo, laurel, pimentón y patata. --- <b>Palometa (ajo y perejil) al horno con ensalada de lechuga y maíz.</b> --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Arroz con pollo y verduras (brócoli, pimientos, calabacín y zanahoria) --- <b>Pechuga de pollo con ensalada de lechuga y maíz.</b> --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Sopa de cocido con fideos ( <b>maíz-arroz</b> ) --- Ragout de pavo con menestra de verduras (judías verdes, alcachofa, guisantes, champiñones, espárragos, zanahoria y coliflor) --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	<b>FESTIVO</b>
<b>SEMANA 5 (DEL 25 AL 29)</b>	<b>Sopa de pescado con arroz.</b> --- Lomo de cerdo a la plancha con patatas. --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Judías pintas estofadas (pimientos, cebolla, tomate y laurel) --- <b>Tilapia al horno con guisantes.</b> --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Hervido de verduras (judías verdes, zanahoria, patata y guisantes) con aceite de oliva virgen. --- Jamoncitos de pollo en salsa con arroz pilaf. --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Macarrones ( <b>maíz-arroz</b> ) con queso y tomate casero. --- Atún empanado con ensalada de lechuga y pepino. --- Fruta, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.	Lentejas guisadas con arroz. --- Lomo de cerdo con ensalada de lechuga y tomate natural. --- Fruta/Yogur, <b>pan (sin gluten)</b> y agua.