

MENÚ CELÍACO - NO LACTOSA ENERO 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		<p>8</p> <p>-Espaguetis (maíz-arroz) a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero.</p> <p>-Tortilla de atún con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>9</p> <p>-Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen.</p> <p>-Jamoncito de pollo al horno con champiñones.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>10</p> <p>-Judías pintas guisadas con cebolla, pimientos, tomate y patata.</p> <p>-Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>
<p>13</p> <p>-Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz).</p> <p>-Aguja de cerdo con pisto (cebolla, pimiento rojo, pimiento verde y tomate).</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>14</p> <p>-Garbanzos estofados con verduras (patata y zanahoria).</p> <p>-Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>15</p> <p>-Arroz con verduras (pimiento, zanahoria, calabacín y brócoli).</p> <p>-Merluza al horno con calabaza salteada.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>16</p> <p>-Hervido de verduras (judías verdes, calabacín, patata y calabaza) con aceite de oliva virgen.</p> <p>-Taqitos de contramuslo de pollo al horno con champiñones.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>17</p> <p>-Estofado de judías blancas con zanahoria, cebolla, tomate, ajo, laurel, patata y pimentón.</p> <p>-Caballa en aceite de oliva virgen con ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p>-Fruta de temporada/Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.</p>
<p>20</p> <p>-Sopa de ave con fideos (maíz-arroz).</p> <p>-Jamoncito de pollo en salsa con verduras (patata, zanahoria, judías verdes y calabacín).</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>21</p> <p>-Puré de guisantes, patata y puerro con aceite de oliva virgen.</p> <p>-Palometa en salsa vizcaína (cebolla y tomate) con zanahoria salteada.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>22</p> <p>-Arroz de marisco con pimientos, cebolla y zanahoria.</p> <p>-Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>23</p> <p>-Macarrones (maíz-arroz) con tomate frito casero (sin queso).</p> <p>-Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>24</p> <p>-Lentejas guisadas con verduras (patata, zanahoria, cebolla, ajo y laurel).</p> <p>-Merluza al horno con calabaza salteada.</p> <p>-Fruta de temporada/Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.</p>
<p>27</p> <p>-Patatas a la riojana con pimientos, cebolla, chorizo y pimentón.</p> <p>-Bacalao al horno con ensalada de lechuga y maíz.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>28</p> <p>-Sopa de pescado y marisco con fideos (maíz-arroz).</p> <p>-Taqitos de contramuslo de pollo al horno con champiñones.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>29</p> <p>-Garbanzos guisados con calabaza y patata.</p> <p>-Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>30</p> <p>-Arroz blanco con tomate frito casero.</p> <p>-Salmón a la bilbaína con ensalada de lechuga y aceitunas.</p> <p>-Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.</p>	<p>31</p> <p>-Judías pintas estofadas con verduras (pimientos, cebolla, tomate, patata, zanahoria y laurel).</p> <p>-Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz.</p> <p>-Fruta de temporada/Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.</p>