

MENÚ CELÍACO - NO LACTOSA FEBRERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 -Sopa de ave con fideos (maíz-arroz) . - Jamoncito de pollo al horno con champiñones . -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	3 -Judías blancas guisadas con cebolla, zanahoria y tomate. -Tortilla de patata con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	4 -Arroz con verduras (pimiento, zanahoria, calabacín, alcachofa y brócoli). -Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	5 -Puré de calabacín, patata y puerro con aceite de oliva virgen extra. -Magro de cerdo guisado con pimiento, cebolla, ajo y tomate. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	6 -Lentejas ECOLÓGICAS estofadas con calabacín, patata, cebolla y tomate. -Palometa al horno con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada/ Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
9 -Hervido de verduras (judías verdes, zanahoria, patata y calabacín) con aceite de oliva virgen extra. -Ventresca de bacalao en salsa vizcaína (cebolla y tomate) con calabaza salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	10 -Judías pintas guisadas con verduras (cebolla, pimiento, zanahoria y tomate). - Taquitos de contramuslo de pollo al horno con champiñones . -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	11 -Arroz de marisco con pimientos, cebolla y zanahoria. -Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	12 -Garbanzos estofados con verduras (patata y zanahoria). -Burger meat mix al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	13 - Macarrones (maíz-arroz) a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero. -Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada/ Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
16 -Paella de verduras (pimientos, calabacín, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón). -Lomo de cerdo al horno con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	17 -Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen extra. -Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	18 -Lentejas guisadas con verduras (cebolla, patata, zanahoria y tomate). -Tortilla de atún con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	19 -Sopa de pescado y marisco con fideos (maíz-arroz) . -Jamoncito de pollo en salsa con verduras (patata, zanahoria, judías verdes y calabacín). -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	20 -Estofado de judías blancas con patata, cebolla, zanahoria, tomate, pimentón, ajo y laurel. -Palometa en salsa vizcaína (cebolla y tomate) con calabaza salteada. -Fruta de temporada/ Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
23 -Arroz blanco con tomate frito casero. - Ventresca de bacalao al horno con zanahoria salteada . -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	24 -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz) . -Cocido completo con garbanzos ECOLÓGICOS , patata, zanahoria y pollo. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	25 -Puré de verduras (calabacín, judías verdes, zanahoria y patata) con aceite de oliva virgen extra. -Salmón a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	26 - Espaguetis (maíz-arroz) con boloñesa de atún. -Jamoncito de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	27 -Judías pintas estofadas con verduras (pimientos, cebolla, tomate, patata, zanahoria y laurel). -Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada/ Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.