

MENÚ CELÍACO - NO LACTOSA SEPTIEMBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 -Espaguetis (maíz-arroz) con boloñesa de atún. -Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	9 -Lentejas estofadas con chorizo, patata y zanahoria. -Palometa en salsa vizcaína (tomate y cebolla) con zanahoria salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	10 -Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen extra. -Jamoncito de pollo al horno con guisantes. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	11 -Arroz con verduras (pimientos, zanahoria, calabacín y brócoli). -Filete de merluza a la donostiarra (ajo morado, perejil y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	12 -Judías blancas guisadas con tomate, cebolla, ajo, patata, calabaza y laurel. -Tortilla de atún con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada/ Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
15 -Hervido de verduras (judías verdes, patata, zanahoria y calabacín) con aceite de oliva virgen extra. -Ventresca de bacalao al horno con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	16 -Judías pintas estofadas con verduras (cebolla, pimientos, zanahoria y tomate). -Taquitos de contramuslo de pollo al horno con champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	17 -Macarrones (maíz-arroz) a la Napolitana con tomate frito casero, cebolla y zanahoria. -Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	18 -Arroz de marisco con pimientos, cebolla y zanahoria. -Caballa en aceite de oliva virgen con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua	19 -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz) . -Cocido completo con garbanzos, patata, zanahoria y pollo. -Fruta de temporada/ Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
22 -Espaguetis (maíz-arroz) con tomate frito casero. -Jamoncito de pollo en salsa con verduras (judías verdes, calabacín, zanahoria y patata). -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	23 -Lentejas ECO guisadas con arroz. -Filete de merluza al horno con zanahoria salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	24 -Judías verdes cocidas con patata y aceite de oliva virgen extra. -Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	25 -Estofado de judías blancas con cebolla, zanahoria y patata. -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	26 -Puré de calabacín, puerro y patata con aceite de oliva virgen extra. -Palometa en salsa vizcaína (tomate y cebolla) con calabaza salteada. -Fruta de temporada/ Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
29 -Paella de verduras (pimientos, calabacín, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón). -Salmón a la bilbaína con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	30 -Espaguetis (maíz-arroz) con tomate frito casero (sin queso) . -Tortilla de patata con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.			