

MENÚ CELÍACO MARZO 2020

| LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|---|---|--|---|---|
| <p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> -Crema de verduras (judías verdes, calabacín, zanahoria y patata) con aceite de oliva virgen. -Bacalao al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz con verduras (pimientos, calabacín, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón) -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lentejas guisadas con verduras (cebolla, patata, zanahoria y tomate) -Tortilla de espinacas con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de picadillo con fideos (maíz-arroz) -Jamoncitos de pollo asados con guisantes salteados. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías pintas estofadas con patata, cebolla, pimientos, tomate, zanahoria y laurel. -Palometa a la vizcaína (tomate triturado y cebolla) con pimientos. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua. |
| <p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> -Macarrones (maíz-arroz) con tomate casero y queso. -Merluza con ajillo al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y mayonesa. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de guisantes, puerro y patata con aceite de oliva virgen. -Guiso de pavo con menestra especial (judías verdes, alcachofa, guisantes, champiñones, espárragos, zanahoria, coliflor, tomate y laurel) -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estofado de judías blancas con cebolla, patata, zanahoria, tomate, pimentón, ajo y laurel. -Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz con pollo y verduras (pimientos, calabacín, zanahoria, tomate y brócoli) -Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz) -Completo: Garbanzos, patata, zanahoria y pollo. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua. |
| <p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de calabacín y patata con aceite de oliva virgen. -Jamoncitos de pollo en salsa con arroz pilaf. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lentejas estofadas con pimientos, zanahoria, patata y chorizo. -Filete de caballa en aceite de oliva con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de pescado con fideos (maíz-arroz) -Aguja de cerdo con pisto. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | FESTIVO | FESTIVO |
| <p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz blanco con tomate casero. -Albóndigas de ternera (sin gluten) en salsa con champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías blancas estofadas con tomate, cebolla, ajo, patata, calabaza y laurel. -Palometa al horno con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de calabaza, zanahoria y puerro con aceite de oliva virgen. -Taquitos de pechuga de pollo con tomate casero. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> -Espaguetis (maíz-arroz) con boloñesa de atún. -Tortilla francesa con ensalada de lechuga, zanahoria y tomate. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> -Garbanzos guisados con verduras (patata, cebolla, pimiento, tomate, zanahoria y laurel) -Merluza al horno con ensalada de lechuga, maíz y tomate. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. |
| <p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías verdes con patata cocida y aceite de oliva virgen. -Ventresca de bacalao al horno con guisantes rehogados. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | <p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz) -Completo: Garbanzos, patata, zanahoria, pollo y chorizo. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. | | | |