

menú SIN GLUTEN OCTUBRE 2021



LUNES

MARTES

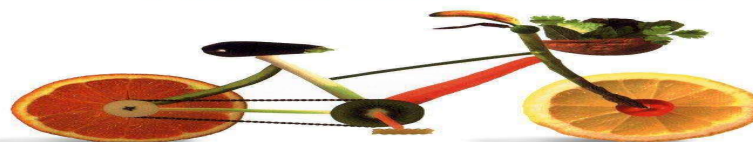
MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



¡Alimentación + ejercicios = vida saludable!



4

Arroz cubana con huevo frito
Merluza plancha con ensalada
Fruta de temporada

Crema de calabacín natural
Albóndigas de ternera natural con Patatas a cuadritos
Fruta de temporada

Lentejas caseras
Filete de ternera plancha con ensalada mixta
Fruta de temporada

Judías verdes con tomate
Pollo asado con patatas
Fruta de temporada

Pasta sin gluten Espaguetis con tomate
Abadejo plancha con ensalada
Fruta de temporada

11



12



13

Pasta sin gluten Sopa de fideos
Atun plancha con tomate triturado Natural
Fruta de temporada

14

Arroz con pollo
Revuelto de huevo con bacon ,queso Y pisto natural
Fruta de temporada

15

Repollo con garbanzos
Hamburguesa de ternera natural plancha Con patatas
Fruta de temporada

18

Pasta sin gluten Macarrones con tomate
Pescadilla plancha con ensalada
Fruta de temporada

19

Estofado de ternera con verduras
Huevo cocido con tomate y salchichas
Fruta de temporada

20

Empedrado de judías
Merluza plancha con ensalada
Fruta de temporada

21

Coliflor salteada
Lomo plancha con patatas
Fruta de temporada

22

Pasta sin gluten Sopa de fideos
Lardones de pollo plancha con arroz integral
Fruta de temporada

25

Crema de verduras natural
Filete de aguja plancha con patatas
Fruta de temporada

26

Fabada asturiana
Bacalao plancha con ensalada
Fruta de temporada

27

Brócoli con patatas y zanahorias
Filete de pollo plancha con ensalada
Fruta de temporada

28

Pasta sin gluten Espaguetis con tomate
Pescadilla plancha con ensalada
Fruta de temporada

29

Patatas con arroz y verduras
Tortilla francesa con loncha de pavo y ensalada campera
Fruta de temporada

Nuestros menús incluyen PAN sin GLUTEN y la bebida es AGUA.