

MENÚ CELÍACO - SEPTIEMBRE 2020

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		9 -Arroz blanco con tomate frito casero. -Tortilla francesa con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	10 - Macarrones (maíz-arroz) con atún. -Taquitos de pollo con patatas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	11 -Judías pintas estofadas. -Bacalao al horno con asadillo manchego. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
14 -Arroz con verduras (pimiento, calabacín, zanahoria y brócoli). -Taquitos de pollo en salsa con guisantes. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	15 -Estofado de judías blancas con zanahoria, cebolla y tomate. - Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	16 -Crema de verduras con patata, puerro, zanahoria, judías verdes y aceite de oliva virgen. -Burger meat mix con lechuga y ketchup. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	17 -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). -Palometa en salas vizcaína con cebolla y calabaza salteadas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	18 -Garbanzos guisados con patata y zanahoria. -Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
21 -Puré de calabacín y patata con aceite de oliva virgen. -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	22 -Lentejas guisadas con calabacín, cebolla y dados de patata. - Bacalao al horno con guisantes salteados. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	23 -Paella de puntillas de calamar con pimientos, zanahoria, calabacín y brócoli. -Tortilla de patata con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	24 -Judías pintas estofadas con verduras (cebolla, pimientos, zanahoria y tomate). - Caballa en aceite de oliva con lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	25 - Espaguetis (maíz-arroz) a la napolitana con cebolla, zanahoria y tomate. -Filete de pollo en salsa con champiñones. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
28 -Hervido de verduras con aceite de oliva virgen. -Aguja de cerdo con pisto (tomate, cebolla y pimiento). -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	29 -Sopa de pescado con fideos (maíz-arroz). -Tortilla de atún con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	30 -Judías blancas estofadas con patata y zanahoria. - Merluza al horno con ajo y perejil y calabaza salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.		