

MENÚ CELÍACO – NO LACTOSA - NOVIEMBRE 2020

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz con verduras (brócoli, pimientos, calabacín y zanahoria). -Tortilla de atún con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías blancas estofadas con cebolla, zanahoria y patata. -Bacalao al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de calabacín y patata con aceite de oliva virgen. -Guiso de pavo con menestra de verduras (judías verdes, alcachofa, guisantes, champiñones, espárragos, zanahoria y coliflor). -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> -Garbanzos con arroz. -Palometa en salsa vizcaína (tomate y cebolla). -Fruta de temporada/Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz blanco con tomate frito casero. -Ternera estofada con verduras (judías verdes, zanahoria y guisantes). -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías pintas guisadas con cebolla, pimientos, tomate y calabacín. -Ventresca de bacalao al horno con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> -Crema de verduras con patata, judías verdes, zanahoria y aceite de oliva virgen. -Pollo a la cazadora con cebolla, pimientos y champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> -Espaguetis (maíz-arroz) a la boloñesa. -Tortilla de patata con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>13</p> <p style="text-align: center;">FESTIVO</p>
<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de guisantes, puerro y patata con aceite de oliva virgen. -Aguja de cerdo con pisto. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estofado de judías blancas con zanahoria, cebolla, tomate, ajo, laurel, patata y pimentón. -Merluza al horno con calabaza salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz con pollo y verduras (brócoli, pimientos, calabacín y zanahoria). -Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). -Albóndigas de ternera en salsa con champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> -Garbanzos estofados con verduras (patata y zanahoria). -Caballa en aceite con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada/Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de pescado con fideos (maíz-arroz). -Lomo de cerdo a la plancha con patatas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías pintas estofadas (pimientos, cebolla, tomate y laurel). -Tilapia al horno con guisantes salteados. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> -Hervido de verduras (judías verdes, zanahoria, patata y guisantes) con aceite de oliva virgen. -Pollo en salsa con arroz pilaf. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> -Macarrones (maíz-arroz) con tomate frito casero. -Tortilla de atún con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lentejas guisadas con arroz. -Burger meat mix con lechuga y kétchup. -Fruta de temporada/Yogur de soja, pan (sin gluten) y agua.
<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> -Patatas a la riojana con pimientos, cebolla, chorizo y pimentón. -Palometa a la vizcaína con pimientos. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 				