

MENÚ CELÍACO - NO LEGUMBRES - ENERO 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz blanco con tomate frito casero. -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de verduras con aceite de oliva virgen. -Tortilla de patata con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> -Judías verdes cocidas con patata y aceite de oliva virgen. -Merluza a la bilbaína (cebolla, ajo, vinagre, pimentón y aceite de oliva virgen) con ensalada de lechuga y tomate. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). -Taquitos de contramuslo de pollo al horno con champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz blanco salteado con verduras. -Caballa en aceite de oliva virgen con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> -Macarrones (maíz-arroz) con tomate frito casero y queso. -Tortilla de atún con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> -Calabacín, patata y cebolla salteados con aceite de oliva virgen. -Ventresca de bacalao al horno con zanahoria salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> -Hervido de verduras (judías verdes, patata, zanahoria y calabaza) con aceite de oliva virgen. -Jamoncito de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz con verduras (pimientos, calabacín, zanahoria, brócoli, tomate, ajo, laurel y pimentón). -Tilapia en salsa vizcaína (tomate y cebolla) con calabaza salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estofado de patatas con zanahoria, cebolla, tomate, pimentón, ajo y laurel. -Burger de ternera (Casera) al horno con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de calabacín, patata y puerro con aceite de oliva virgen. -Taquitos de contramuslo de pollo en salsa de tomate con champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz blanco salteado con calabacín, zanahoria y aceite de oliva virgen. -Caballa en aceite de oliva virgen con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de marisco con fideos (maíz-arroz). -Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> -Menestra de verduras con aceite de oliva virgen. -Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz blanco con tomate frito casero. -Merluza al horno con zanahoria salteada. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). -Jamoncito de pollo en salsa con verduras (sin guisantes). -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 	<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> -Hervido de verduras con aceite de oliva virgen. -Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua. 			