

MENÚ CELÍACO - NOVIEMBRE 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 FESTIVO	3 -Lentejas ECOLÓGICAS estofadas con calabacín, patata, cebolla y tomate. -Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y brotes de soja verde. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	4 - Espaguetis (maíz-arroz) con tomate frito casero y queso. -Tortilla francesa de atún con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	5 -Puré de verduras (judías verdes, patata, zanahoria y calabacín) con aceite de oliva virgen extra. - Taquitos de contramuslo de pollo al horno con champiñones. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	6  -Arroz de marisco con pimiento, cebolla y zanahoria. -Judías blancas guisadas con cebolla, pimientos, zanahoria y tomate. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
9 -Judías verdes cocidas con patata y aceite de oliva virgen extra. -Jamoncito de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	10  -Sopa de cocido con fideos (maíz-arroz). -Garbanzos ECOLÓGICOS cocidos con patata y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	11 -Puré de calabaza con aceite de oliva virgen extra. -Ventresca de Bacalao al horno con guisantes salteados. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	12 -Arroz con tomate frito casero. -Tortilla de patata con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	13 -Judías pintas estofadas con verduras. - Salmón al horno con calabaza salteada. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
16 - Macarrones (maíz-arroz) a la Napolitana con cebolla, zanahoria y tomate frito casero. -Merluza en salsa verde (ajo, perejil y aceite de oliva virgen extra) con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	17 -Estofado de judías blancas con cebolla, patata, zanahoria, tomate, pimentón, ajo y laurel. -Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	18 -Puré de calabaza, zanahoria y patata con aceite de oliva virgen extra. - Palometa al horno con calabacín salteado. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	19 -Arroz de verduras (pimientos, zanahoria, calabacín y brócoli). - Taquitos de contramuslo de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	20 DÍA DE LA ENSEÑANZA
23 -Hervido de verduras (judías verdes, zanahoria, patata y calabacín) con aceite de oliva virgen extra. -Tilapia al horno con ensalada de lechuga y aceitunas. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	24 -Judías pintas guisadas con verduras (cebolla, pimientos, zanahoria y tomate). -Huevos con patatas revolconas y ensalada de lechuga y maíz. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	25 -Sopa de pescado y marisco con estrellitas (maíz-arroz). -Jamoncito de pollo en salsa con verduras (patata, calabacín, judías verdes y zanahoria). -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	26 -Crema de calabacín con aceite de oliva virgen extra. - Salmón al horno con calabaza salteada. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.	27  -Arroz blanco con tomate frito casero. -Lentejas ECOLÓGICAS guisadas con calabaza, pimiento y patata. -Fruta de temporada/Yogur, pan (sin gluten) y agua.
30 - Arroz de verduras (pimientos, cebolla, zanahoria, calabacín y brócoli). -Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria. -Fruta de temporada, pan (sin gluten) y agua.				