

SIN GLUTEN Enero 2019

	Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Primero					
Segundo					
Postre					
Merienda					
	Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
Primero		Arroz con salsa de tomate	Garbanzos estofados con verduras	Crema de calabacín	Espirales sin gluten a la boloñesa
Segundo		Croquetas sin gluten con lechuga y aceitunas	Tortilla francesa con lechuga y pipas	Jamoncitos de pollo de corral al horno con lechuga y maíz	Lomos de merluza al horno con lechuga tricolor
Postre		Fruta variada	Fruta variada	Fruta variada	Yogur natural
Merienda		Bocadillo sin gluten de pavo	Plátano con tortitas de arroz	Pan sin gluten con chocolate	Bocadillo sin gluten de queso
	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Primero	Lentejas estofadas con verduras	Macarrones sin gluten con salsa de tomate	Crema de maíz	Brócoli con patata y jamón serrano	Arroz a la marinera
Segundo	Tortilla de patata con lechuga y maíz	Filetes de merluza con lechuga tricolor	Lomo rustido con champiñones	Pechuga de pollo de corral a la plancha con lechuga tricolor	Suprema de salmón con lechuga y zanahoria
Postre	Fruta variada	Fruta variada	Fruta variada	Fruta variada	Yogur natural
Merienda	Bocadillo sin gluten de jamón dulce	Yogur con tortitas de arroz	Bocadillo sin gluten de pavo	Fruta	Pan sin gluten con chocolate
	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25 - Día de Tailandia
Primero	Crema de calabaza	Garbanzos estofados con verduras	Judías verdes con patata y jamón serrano salteado	Espirales sin gluten a la florentina	Pad Ka-Práo de pollo (arroz salteado con pollo y albahaca)
Segundo	Platija a la plancha con lechuga y aceitunas	Tortilla de jamón con tomate y zanahoria	Salchichas de cerdo con lechuga y tomate	Pollo al horno con patatas chips	Pescado frito Thai
Postre	Fruta variada	Fruta variada	Fruta variada	Fruta variada	Yogur
Merienda	Fruta	Leche con tortitas de arroz	Plátano con tortitas de arroz	Bocadillo sin gluten de queso	Pan sin gluten con chocolate
	Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 31	Viernes 1
Primero	Arroz pilaf	Judías blancas estofadas con verduras	Sopa de galets sin gluten con trocitos de pollo	Verdura tricolor (judía, zanahoria y patata)	
Segundo	Lomos de merluza al horno con patata panadera	Hamburguesa de ternera con lechuga tricolor	Tortilla francesa con lechuga y aceitunas	Pollo al horno con pisto	
Postre	Fruta variada	Fruta variada	Fruta variada	Fruta variada	
Merienda	Bocadillo sin gluten de pavo	Yogur con tortitas de arroz	Pan sin gluten con chocolate	Fruta	

OBSERVACIONES

*Todos los alumnos podrán pedir todos los días fruta de temporada.

*Se repartirá merienda a los alumnos de los cursos hasta 3ro de Primaria.

*La escuela se reserva el derecho de cambiar los menús por causas imprevistas del mercado.