

LUNES

**DERIVACION
SIN GLUTEN**

MARTES

*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, caldos concentrados o cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos.
*Las tortillas son caseras
*Las salsas se ligan con maicena.
*Los empanados y rebozados son caseros, sin gluten.

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

01
Ensalada de lechuga, atún, tomate y pimiento
Patatas guisadas con sepia
Revuelto de huevo y patatas
Pan SG
Fruta
Kcal 613 Prot 18% Lip 39% HC40%

02
Ensalada de lechuga, remolacha, soja y aceitunas negras
Garbanzos estofados con verduras
Lomo fresco plancha con pisto
Pan SG
Fruta-cítrico
Kcal 635 Prot 24% Lip 38% Hc 37%

03
Ensalada de lechuga, apio y remolacha
Arroz a la cubana
Palometa al horno con verduritas
Pan SG
Fruta y Lácteo
Kcal673 Prot 19% Lip 38% HC 43%

06
Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria
Fideua (fideos sin gluten)
Nuggets pescado caseros (rebozado casero de maicena)
Pan SG/Fruta
Kcal 707 Prot 12% Lip 39% HC 49%

07
Ensalada de lechuga, huevo, apio y maíz
Potaje de garbanzos SG
Jamón serano braseado al horno con verduras
Pan SG
Fruta-cítrico
Kcal 646 Prot 16% Lip 36% Hc 48%

08
Ensalada de lechuga, atún, tomate y pimiento
Espirales SG con verduras
Jamón York SG a la plancha con guisantes salteados
Pan SG- Fruta
Kcal 708 Prot 13% Lip 35% Hc 52%

09
Ensalada de lechuga, remolacha, soja y aceitunas negras
Arroz con verduras
Longanizas SG con patatas a lo pobre
Pan SG-Fruta
Kcal 720 Prot 13% Lip 34% Hc 54%

10
Ensalada de lechuga, apio y remolacha
Sopa de pescado (fideos sin gluten)
Caella en salsa de tomate con zanahoria baby
Pan SG
Fruta y Lácteo
Kcal 640 Prot 23% Lip 39% Hc 40%

13
Ensalada de lechuga, tomate, cebolla, atún y aceitunas verdes
Macarrones SG con verduras
Marrajo en salsa marinera
Pan SG
Fruta
Kcal 668 Prot 22% Lip 32% HC 46%

14
Ensalada de lechuga, huevo, apio y maíz
Sopa de pescado (fideos sin gluten)
Nuggets pescado caseros (rebozado casero de maicena)
Pan SG
Fruta-cítrico
Kcal 646 Prot 16% Lip 36% Hc 48%

15
Ensalada lechuga, tomate, maíz, atún y soja
Crema de calabacín
Pollo al limón con patatas
Pan SG
Fruta
Kcal 684 Prot 18% Lip 38% HC 43%

16
FESTIVO

17
FESTIVO

20
Ensalada de lechuga, tomate, cebolla, atún y aceitunas verdes
Arroz al horno (sin embutido)
Caprichos de calamar caseros (rebozado casero de maicena) con mahonesa SG
Pan SG
Kcal 729 Prot 13% Lip 40% HC 46%

24
Ensalada lechuga, zanahoria, espárragos y aceitunas negras
Lentejas con verduras
Tortilla francesa
Pan SG
Fruta-cítrico
Kcal742 Prot 13% Lip 42% HC 44%

21
Ensalada de lechuga, mezclum, pepino y aceitunas verdes
Crema de legumbres SG
Pollo asado a la manzana con patata braseada
Pan SG
Fruta y Lácteo Kcal 684 Prot 18% Lip 35% HC47%

22
Ensalada de lechuga, tomate, piña y zanahoria
Tallarines SG con tomate
Merluza en salsa verde
Pan SG
Fruta
Kcal 624 Prot 21% Lip 29% HC 50%

23
Ensalada lechuga, maíz, atún y soja
Hervido valenciano
Lomo a la plancha con papas
Pan SG
Fruta
Kcal 680 Prot 18% Lip 37% HC 44%

27
Ensalada de lechuga, maíz, tomate y zanahoria
Crema Vichyssoyse
Hamburguesa SG con papas
Pan SG/Fruta
Kcal 701 Prot 21% Lip 37% Hc 42%

28
Ensalada de lechuga, huevo, apio y maíz
Arros del senyoret
Varitas de merluza caseras (rebozado casero de maicena) con mayonesa SG
Pan SG/Fruta y Lácteo
Kcal 702 Prot 13% Lip 38% HC49%

29
Ensalada de lechuga, atún, tomate y pimiento
Patatas estofadas con pollo (sin embutido)
Revuelto de huevo con champiñones
Pan SG
Fruta
Kcal 702 Prot 13% Lip 38% HC49%

30
Ensalada de lechuga, remolacha, soja y aceitunas negras
Garbanzos a la riojana SG
Pizza Serunion SG
Pan SG
Fruta-cítrico
Kcal 659 Prot 18% Lip 36% HC 45%

31
Ensalada de lechuga, , apio y remolacha
Espagueti SG con atún
Abadejo al horno con verduras
Pan SG
Fruta y Lácteo
Kcal 654 Prot 22% Lip 30% HC 50%

31
Ensalada de lechuga, apio y remolacha
Sopa de pescado (fideos sin gluten)
Caella en salsa de tomate con zanahoria baby
Pan SG
Fruta y Lácteo
Kcal 640 Prot 23% Lip 39% Hc 40%

31
Ensalada de lechuga, , apio y remolacha
Espagueti SG con atún
Abadejo al horno con verduras
Pan SG
Fruta y Lácteo
Kcal 654 Prot 22% Lip 30% HC 50%

