

		MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6		
COMIDA		GAZPACHO	ENSALADA DE MANZANA	ENSALADA DE LENTEJAS SIN GLUTEN		
CENA		ESPAGUETIS SIN GLUTEN AL PESTO DE ESPINACA (7) TORTILLA FRANCESA (3) YOGUR (7) Ensalada de arroz con atún y aguacate Fruta del tiempo	POLLO AL CURRI ARROZ BLANCO FRUTA DEL TIEMPO Brócoli y patata con huevos revueltos Fruta del tiempo	FISH SIN GLUTEN AND CHIPS (4) FRUTA DEL TIEMPO Pavo a la plancha con quinoa con verduras Fruta del tiempo		
		LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
COMIDA	HUMUS CON CRUDITÉS ARROZ A LA CUBANA TORTILLA DE QUESO (3,7) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA TROPICAL CON PIÑA SALMÓN AL CHIMICHURRY (4) PURÉ DE PATATA FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA PANZANELLA SIN GLUTEN LASAÑA DE CARNE DE TERNERA SIN GLUTEN NI LACTOSA GELATINA	CREMA DE COLIFLOR Y COCO RABAS DE CALAMAR SIN GLUTEN NI LACTOSA QUINOA CON CALABACÍN, MAÍZ Y ZANAHORIA FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA GRIEGA (7) POLLO AL HORNO PATATA AL HORNO FRUTA DEL TIEMPO	
CENA	Pollo a la plancha con guisantes y zanahoria Fruta del tiempo	Tortilla de patata con ensalada de tomate Fruta del tiempo	Lenguado al horno con calabacín y patata Fruta del tiempo	Ensalada + tostada sin gluten con humus Fruta del tiempo	Albóndigas de pescado con amaranto y verduras Fruta del tiempo	
		LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
COMIDA	ENSALADA CAPRESSE (7) PASTA SIN GLUTEN AL PESTO ROJO (7) FRUTA DEL TIEMPO	TRAMPÓ DE GARBANZOS CON ATÚN (4) PAELLA MIXTA (2,4,14) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA CÉSAR SIN GLUTEN MERLUZA A LA ROMANA SIN GLUTEN (4) QUINOA CON BRÓCOLI NATILLA (7)	GUIZO DE LENTEJAS SIN GLUTEN PAVO AL CHILINDRÓN ARROZ PILAF FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3) HAMBURGUESA DE TERNERA COMPLETA SIN GLUTEN (7) PATATA ASADA FRUTA DEL TIEMPO	
CENA	Vichyssoise + rape con patata y salsa de pimientos Fruta del tiempo	Pollo al horno con boniato y champiñones Fruta del tiempo	Gazpacho + huevos al horno con patata asada Fruta del tiempo	Amaranto con verduras y pasas Fruta del tiempo	"Burritos" de pollo sin gluten con col lombarda Fruta del tiempo	
		LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
COMIDA	ENSALADA DE MANZANA MACARRONES SIN GLUTEN A LA CARBONARA (7) FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS CON CRUDITÉS ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE SIN GLUTEN (12) QUINOA FRUTA DEL TIEMPO	MENÚ CHINO ENSALADA CHINA (6) CREP VEGANA SIN GLUTEN NI LACTOSA ARROZ TRES DELICIAS CON TORTILLA (2,3,6) FLAN VEGANO SIN GLUTEN NI LACTOSA	ENSALADA DE LENTEJAS SIN GLUTEN MERLUZA A LA PLANCHA (4) JUDÍA VERDE CON PATATA FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA SIN GLUTEN (7) FRUTA DEL TIEMPO	
CENA	Rape a la plancha con judía verde y patata Fruta del tiempo	Sopa sin gluten + tortilla francesa con ensalada Fruta del tiempo	Puré de verduras + pavo con zanahoria hervida Fruta del tiempo	Ensalada de quinoa con queso y aceitunas Fruta del tiempo	Ensaladilla rusa + salchichas Fruta del tiempo	
		LUNES 30				
COMIDA	ENSALADA TROPICAL TALLARINES SIN GLUTEN A LA BOLOÑESA VEGETAL (6) FRUTA DEL TIEMPO					
CENA	Crema de calabacín con huevo duro y taquitos de jamón fruta del tiempo					

