

	LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
COMIDA	ENSALADA CHINA (6) ARROZ TRES DELICIAS VEGANO (6) CREPS VEGANOS SIN GLUTEN FRUTA DEL TIEMPO	GUISO DE ALUBIAS CON VERDURA FINGERS DE POLLO SIN ALÉRGENOS PATATA PANADERA FRUTA DEL TIEMPO	GUACAMOLE CON CRUDITÉS MERLUZA AL HORNO (4) QUINOA CON BRÓCOLI FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE LASAÑA DE TERNERA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO	
CENA	Puré de guisantes + Salmón a la plancha con coliflor fruta del tiempo	Ternera con guisantes y zanahoria fruta del tiempo	Ensalada + fajitas de pollo con verdura fruta del tiempo	Merluza al horno con patata y brócoli fruta del tiempo	
	LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
COMIDA	PURÉ DE COLIFLOR Y COCO ALBÓNDIGAS CON SALSA DE TOMATE (1,7) ARROZ HERVIDO FRUTA DEL TIEMPO	HUMUS DE GARBANZO CON CRUDITÉS POLLO AL HORNO CON ROMERO Y LIMÓN PURÉ DE PATATA FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA PANZANELLA (1) PASTA SIN GLUTEN A LA CARBONARA (7) FRUTA DEL TIEMPO	SOPA SIN GLUTEN ABADEJO REBOZADO (4) GUISANTES Y ZANAHORIA YOGUR (7)	ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4) PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Sopa sin gluten + ternera con judía verde fruta del tiempo	Dorada a la plancha con amaranto y calabaza fruta del tiempo	Aroz caldoso con zanahoria + pavo a la plancha fruta del tiempo	Salchichas con arroz y guacamole fruta del tiempo	Merluza con verduras y moniato fruta del tiempo
	LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
COMIDA	CREMA DE CALABAZA Y GARBANZOS PASTA SIN GLUTEN AL PESTO ROJO (7) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE MANZANA HAMBURGUESA DE ATÚN (4) PATATA CON CREMA AGRIA (7) FRUTA DEL TIEMPO	GUISO DE ALUBIAS POLLO CON SALSA DE PIMIENTA BULGUR (1) FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VERDE CON AGUACATE TORTILLA DE PATATA VEGANA ARROZ CON TOMATE FRUTA DEL TIEMPO	<b>MENÚ DE NAVIDAD</b> SOPA DE NAVIDAD SIN GLUTEN PAVO CON SALSA DE FRUTOS ROJOS PATATÓ CON VERDURAS MUSSE DE CHOCOLATE (7)
CENA	Sopa sin gluten + rape con verduras fruta del tiempo	Pavo a la plancha con brócoli y arroz fruta del tiempo	Puré de calabacín + lomo con puré de patata fruta del tiempo	Pastel de coliflor y patata con carne picada fruta del tiempo	Ensalada + pizza casera fruta del tiempo
					
<b>SIN HUEVO</b>					
En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan HUEVO o trazas de HUEVO. Todas las pastas son sin gluten ya que éstas contienen trazas de huevo. Los cambios del menú basal están marcados en rojo.					

