

		LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
COMIDA	ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS	CREMA DE CALABAZA	"TREMPO" DE GARBANZOS	GUACAMOLE CON CRUDITÉS	SOPA SIN GLUTEN	
	ESPAGUETIS SIN GLUTEN AL PESTO ROJO VEGANO	ALBÓNDIGAS EN SALSA (6,9,12)	RABAS DE CALAMAR SIN GLUTEN (14)	POLLO ASADO AL LIMÓN	SALMÓN AL CHIMICHURRY (4)	
	TORTILLA FRANCESA (3)	ARROZ BLANCO	QUINOA CON MAÍZ Y JUDÍA VERDE	PATATA FRITA	GUISANTES Y ZANAHORIA	
	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR DE SOJA (6)	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	
CENA	Judía verde con patata + lubina a la plancha fruta del tiempo	"fajitas" sin gluten de pollo con verdura + ensalada de aguacate fruta del tiempo	Sopa de fideos sin gluten + revuelto de huevo con tomate fruta del tiempo	Crema de guisantes + lomo con ensalada fruta del tiempo	Pavo al horno con moniato y calabaza fruta del tiempo	
		LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
COMIDA	ENSALADA DE AGUACATE	HUMUS CON CRUDITÉS	MENÚ ALEMÁN	PURÉ DE CALABACÍN	POTAJE DE ALUBIAS	
	CHILLY CON CARNE DE TERNERA	FIDEUÁ SIN GLUTEN DE VERDURA	ENSALADA DE PEPINO CON SALSA DE YOGUR (7)	MERLUZA REBOZADA CON HARINA DE GARBANZO (4)	PAVO AL CURRI	
	ARROZ BASMATI	HUEVO REVUELTO (3)	FRANKFURT SIN GLUTEN NI LACTOSA	QUINOA CON ZANAHORIA	PATATA HERVIDA Y JUDÍA VERDE	
	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	PURÉ DE PATATA	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	
	PASTEL DE MANZANA VEGANO SIN GLUTEN					
CENA	Crema de verduras + dorada al horno con patata fruta del tiempo	Pollo a la plancha con arroz y coles de bruselas fruta del tiempo	Huevos a la plancha con coliflor y guisantes fruta del tiempo	Solomillo de ternera con moniato y ensalada fruta del tiempo	Sopa de rape y gambas con fideos sin gluten y verduras fruta del tiempo	
		LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
COMIDA	PURÉ DE COLIFLOR Y COCO	ENSALADA VERDE CON HUEVO (3)	ENSALADA TROPICAL	GUIZO DE ALUBIAS	ENSALADA MIXTA CON ATÚN (4)	
	FISH AND CHIPS SIN GLUTEN (4)	CANELONES SIN GLUTEN NI LACTOSA CON CARNE PICADA (1,3,6,10)	POLLO A LA PIMIENTA	MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4)	PIZZA SIN GLUTEN NI LACTOSA	
	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ	PATATA AL HORNO	FRUTA DEL TIEMPO	
	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	YOGUR DE SOJA (6)	FRUTA DEL TIEMPO	FRUTA DEL TIEMPO	
CENA	Pollo hervido con judía verde, patata y zanahoria fruta del tiempo	Salmón con puré de patata y brócoli fruta del tiempo	Quinoa con verduras y garbanzos fruta del tiempo	Pavo a la plancha con arroz y champiñones fruta del tiempo	Puré de zanahoria + tortilla con mazorca de maíz fruta del tiempo	
		LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
COMIDA	HOLIDAYS					
CENA						



SIN GLUTEN NI LACTOSA

En este menú se evitarán todos los alimentos que contengan GLUTEN, LACTOSA O DERIVADOS DE LA LECHE o trazas de GLUTEN, LACTOSA Y DERIVADOS. Este menú puede contener proteína de la leche de vaca y ternera. En caso que el alumno no pueda comer proteína de la leche de vaca (pvl) o ternera, que avise a cocina ya que se le tendrá que hacer un menú especial. Los cambios del menú basal están marcados en rojo.