

	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
COMIDA	ENSALADA VERDE MAC AND CHEESE <b>SIN GLUTEN (7)</b> TORILLA <b>VEGANA</b> FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE LENTEJAS CON ZANAHORIA (1)  FISH AND CHIPS (1,4)  CREP CON AZÚCAR Y LIMÓN <b>VEGANO SIN GLUTEN (6)</b>	ENSALADA DE TOMATE Y ACEITUNAS  ESTOFADO DE POLLO  ARROZ BLANCO  FRUTA DEL TIEMPO	SOPA <b>SIN GLUTEN</b>  SALMÓN AL CHIMICHURRY (4)  VERDURAS SALTEADAS (pimiento, cebolla, champiñón y brócoli)  FRUTA DEL TIEMPO	GUACAMOLE CON CRUDITÉS  HAMBURGUESA COMPLETA (1,7)  PATATA GAJO  FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Ternera a la plancha con guisantes y patata fruta del tiempo	Lomo con brócoli y zanahoria baby fruta del tiempo	Albóndigas con salsa de tomate y puré de patata fruta del tiempo	Ensalada + crep sin gluten de jamón y queso fruta del tiempo	Espaguetis sin gluten con calabacín y gambas fruta del tiempo
	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
COMIDA	ENSALADA DE AGUACATE  ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA (6,9,12)  PURÉ DE PATATA  FRUTA DEL TIEMPO	GUIZO DE ALUBIAS  PAVO AL CURRI  ARROZ BASMATI  FRUTA DEL TIEMPO	<b>MENÚ ITALIANO</b> ENSALADA CAPRESSE (7)  TORTELLINI <b>SIN GLUTEN A LA NAPOLITANA</b>  PANNACOTA CON FRUTOS ROJOS (7)	HUMUS CON CRUDITÉS  POLLO AL HORNO CON LIMÓN  BULGUR CON ZANAHORIA (1)  FRUTA DEL TIEMPO	CREMA DE TOMATE  MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4)  PATATA LA HORNO  FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Sopa sin gluten + Dorada al horno con zanahoria fruta del tiempo	Lomo plancha con chips de moniato y ensalada fruta del tiempo	Salmón con arroz y brócoli fruta del tiempo	Hamburguesa con puré de moniato y ensalada fruta del tiempo	Ensalada + "pa amb oli" sin gluten de queso fruta del tiempo
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
COMIDA	ENSALADA GRIEGA (7)  CREPS <b>SIN GLUTEN NI LACTOSA</b>  ARROZ TRES DELICIAS <b>VEGANO</b>  FRUTA DEL TIEMPO	TRAMPÓ DE GARBANZOS  FIDEUÁ <b>SIN GLUTEN DE PESCADO (4)</b>  FRUTA DEL TIEMPO	PURÉ DE COLIFLOR I COCO  PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON PICADA  CUSCÚS (1)  YOGUR (7)	SOPA <b>SIN GLUTEN</b>  MERLUZA EN SALSA VERDE (4)  PATATA Y ZANAHORIA HERVIDA  FRUTA DEL TIEMPO	ESTOFADO DE <b>ALUBIA</b>  REDONDO DE PAVO A LA NAPOLITANA  ARROZ BASMATI  FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Pollo al horno con calabacín y patata fruta del tiempo	Tofu con guisantes y zanahoria fruta del tiempo	Lomo con arroz con verduras fruta del tiempo	Crema de calabaza + brusquettas con queso fruta del tiempo	Sopa de rape con fideos sin gluten y verdura fruta del tiempo
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
COMIDA	CREMA DE ALUBIAS Y CALABAZA  ESPAGUETIS AL PESTO DE ESPINACA <b>SIN GLUTEN (7)</b>  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA TROPICAL  FINGERS DE POLLO CASEROS <b>SIN GLUTEN</b>  PATATÓ AL ROMERO  FRUTA DEL TIEMPO	"TREMPO" DE GARBANZOS  TORTILLA DE PATATA <b>VEGANA</b>  ARROZ CON TOMATE  GELATINA	ENSALADA <b>CÉSAR VEGANA SIN GLUTEN</b>  HAMBURGUESA DE ATÚN (4)  BULGUR CON ZANAHORIA (1)  FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA MIXTA  PIZZA <b>SIN GLUTEN (7)</b>  FRUTA DEL TIEMPO
CENA	Conejo con patata y verdura fruta del tiempo	Humus + merluza al horno con calabacín fruta del tiempo	Pavo a la plancha con calabaza y moniato fruta del tiempo	Puré de verduras + lomo con patata fruta del tiempo	Sopa sin gluten de hervido de pollo con judía verde fruta del tiempo
	LUNES 31				
COMIDA	ENSALADA PANZANELLA (1)  LASAÑA DE CARNE <b>SIN GLUTEN NI LACTOSA</b>  FRUTA DEL TIEMPO				
CENA	Espinacas con patata + lubina a la plancha fruta del tiempo				



**SIN HUEVO**

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.