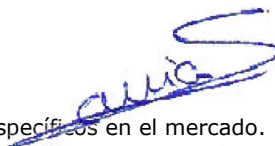


EDUCACIÓN PRIMARIA

PRIMER TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
COMIDA	Sopa de fideos (sin gluten) Muslo de pollo al horno con verduras Yogurt de soja	Arroz con tomate Gallo al horno con guisantes, cebolla y calabacín Fruta	Tomate en rodajas con queso de cabra Judías blancas con verduras, patata y pollo Fruta	Ensalada con aguacate Sopa de arroz con trocitos de pescado, sepia y gambas Fruta	Ensalada mixta Macarrones boloñesa (sin gluten) con salsa de tomate natural Fruta
COMIDA	Crema de calabacín Pechuga de pollo a la plancha con ensalada mixta Fruta	Ensalada de tomate con maíz Arroz meloso con pescado y verduras Fruta	Ensalada con atún Garbanzos con verduras y pollo Yogurt de soja	Ensalada de pasta con queso de cabra Merluza al horno con verduras asadas Fruta	Sopa de pollo con verduras y arroz Tortilla de patatas con ensalada Fruta
COMIDA	Ensalada mixta Albóndigas caseras a la jardinera con arroz Fruta	Puré de verduras Salmón a la plancha con patatas asadas Fruta	Ensalada de garbanzos con atún Muslitos de pollo al horno con calabacín Fruta	Sopa de pollo con verduras y fideos (sin gluten) Ternera a la plancha con ensalada Yogurt de soja	Ensalada mixta Pizza con jamón york y queso de cabra (sin gluten) Fruta
COMIDA	Sopa de estrellitas (sin gluten) Hamburguesa de pollo y cerdo con queso y ensalada mixta Fruta	Ensalada con taquitos de pavo Lomos de bacalao con salsa de tomate natural y verduras Fruta	Crema de calabaza Estofado de ternera con verduras y arroz Yogurt de soja	Garbanzos con verduras Tortilla de patatas con tomate en rodajas Fruta	Ensalada con queso de cabra Pasta con atún y salsa de tomate (sin gluten) Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús están adaptados a intolerancia al gluten.
Menú sin leche de vaca y derivados.
Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.


*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.
*Todos los menús se sirven con pan sin gluten.

EDUCACIÓN PRIMARIA

SEGUNDO TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
COMIDA	Ensalada de tomate con atún Pollo al horno con verduras y patata Fruta	Arroz con salsa de tomate Merluza con guisantes y champiñones Fruta	Ensalada mixta Garbanzos con carne de ternera, verduras y patata Fruta	Crema de verduras Filetes de gallo al horno con salsa de verduras y ensalada Fruta	Sopa de fideos (sin gluten) Ternera a la plancha con tomate en rodajas Yogurt de soja
COMIDA	Crema de puerros Redondo de ternera con arroz Yogurt de soja	Ensalada mixta Guisado de pescado con patatas y verduras Fruta	Tomate en rodajas con queso de cabra Wok de pollo con verduritas y arroz Fruta	Sopa de pescado con fideos (sin gluten) Salmón con salteado de guisantes y zanahoria Fruta	Ensalada mixta Pizza casera con jamón york y queso de cabra (sin gluten) Fruta
COMIDA	Macarrones con tomate (sin gluten) Pechugas de pollo a la plancha con ensalada Yogurt de soja	Ensalada mixta Lomos de bacalao al horno con salsa de tomate y patatas Fruta	Sopa de pollo con estrellitas (sin gluten) Estofado de ternera con judías y zanahoria Fruta en almíbar	Ensalada de tomate y maíz Espaguetis con tomate y atún (sin gluten) Fruta	Ensalada con queso de cabra Pollo al curry (sin gluten) con arroz Fruta
COMIDA	Ensalada mixta Garbanzos con arroz, verduras y pollo Fruta	Ensalada con jamón york y queso de cabra Gallo al horno con patata asada y verduras Yogurt de soja	Crema de calabacín Brochetas de pavo con ensalada de quinoa Fruta	Sopa de pescado con letras (sin gluten) Rape a la plancha con ensalada Fruta	Panaché de verduras Pasta con salsa boloñesa casera (sin gluten) Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús están adaptados a intolerancia al gluten.

Menú sin leche de vaca y derivados.

Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

*Todos los menús se sirven con pan sin gluten.

EDUCACIÓN PRIMARIA

TERCER TRIMESTRE	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
COMIDA	Sopa de fideos (sin gluten) Wok de pollo con verduras Fruta	Crema de calabaza Macarrones con gambas (sin gluten) Fruta	Ensalada de arroz integral con atún Estofado de pollo con verduras Fruta	Potaje de judías Merluza a la plancha con ensalada Yogurt de soja	Ensalada mixta Bistec de ternera a la plancha con patata asada Fruta
COMIDA	Ensalada mixta Arroz con tomate y huevo frito Fruta	Sopa de pescado con fideos (sin gluten) Lomos de bacalao a la plancha con pisto de verduras Fruta	Ensalada de garbanzos con queso de cabra Pollo al horno con patatas asadas Fruta	Crema de verduras Salmón a la plancha con ensalada Yogurt de soja	Ensalada de tomate Pizza casera con pavo y queso de cabra (sin gluten) Fruta
COMIDA	Crema de calabacín Chuletitas de cordero con miel y arroz Fruta	Parrillada de verduras Merluza a la plancha con ensaladilla rusa casera (sin salsa) Fruta	Ensalada mixta Garbanzos con verduras, patata y pollo Yogurt de soja	Ensalada de pasta con jamón york (sin gluten) Lenguado a la plancha con menestra de verduras Fruta	Sopa de pollo con estrellitas (sin gluten) Pollo al romero con verduritas Fruta
COMIDA	Ensalada mixta Macarrones boloñesa con salsa de tomate natural (sin gluten) Fruta	Crema de calabacín Filete de gallo con patatas fritas Fruta	Ensalada mixta "Mongetes" con lomos de bacalao a la plancha Fruta	Sopa de pescado con fideos (sin gluten) Salmón a la plancha y ensalada con queso de cabra Yogurt de soja	Ensalada de tomate Arroz chino con taquitos de pollo Fruta

SONIA TORRES ABASCAL
DIETISTA-NUTRICIONISTA
COLEGIADO: IB0029

Firmado:



Nota: Estos menús están adaptados a intolerancia al gluten.

Menú sin leche de vaca y derivados.

Para ser completamente equilibrado es necesario que en casa se continúe con una alimentación sana y variada.

*Los menús pueden sufrir modificaciones sujetas a la oferta de alimentos específicos en el mercado.

*Todos los menús se sirven con pan sin gluten.