

Menú SIN GLUTEN

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sem.1	03 nov _ Día no lectivo	7 oct _ Festivo local en A Coruña (El Rosario)			
8 - 12 sep	Brécol a la gallega	Sopa de fideos con espinacas	Crema de calabacín	Arroz integral con salsa de tomate	Ensalada completa
6 - 10 oct	con pimiento rojo	(sin gluten)		y champiñones	(lechuga, tomate, zanahoria, aceitunas y maíz)
3 - 7 nov	Arroz con atún	Pollo asado en su jugo con	Burguer casera de pollo al horno	Merluza rebozada (sin gluten)	Alubias vegetales
1 - 5 dic	y salsa de tomate	patata y dados de zanahoria al vapor	con ensalada (lechuga y tomate)	con judías al horno	con huevo rallado
	Fruta. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)	Yogur. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)
Sem.2	6 dic _ Festivo nacional (La Inmaculada)				
15 - 19 sep	Sopa de fideos	Judías con salsa de tomate	Garbanzos vegetales	Crema de zanahoria	Coliflor con ajada y huevo cocido
13 - 17 oct	(sin gluten)				
10 - 14 nov	Guiso tradicional de ternera	Paella de pollo, calamares	Pescado del día rebozado (sin gluten)	Tortilla española al horno con chorizo	Pasta (sin gluten) con atún
8 - 12 dic	con patata y guisantes	y merluza	con ensalada (lechuga, maíz y zanahoria)	y ensalada (lechuga y tomate)	y salsa de tomate
	Fruta. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)	Yogur. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)
Sem.3					
22 - 26 sep	Crema de verduras	Brécol con ajadita	Pasta con verduras	Sopa con zanahoria	Caldo gallego
20 - 24 oct			(sin gluten)	(sin gluten)	
17 - 21 nov	Filete de pollo a las finas hierbas	Merluza al horno	Garbanzos estofados	Codillo asado en su jugo	Pescado del día rebozado (sin gluten)
15 - 19 dic	con pasta (sin gluten)	con patatitas	con huevo picado	con arroz integral al vapor	con ensalada (tomate, aceitunas y maíz)
	Fruta. Pan (sin gluten)	Yogur. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)
Sem.4					31 oct _ No lectivo (Día do Ensino)
29 sep-3 oct	Pizza artesana	Crema de calabaza	Potaje de garbanzos y acelgas	Guisantes, patata y zanahoria	Paella vegetal
27 - 31 oct	(sin gluten)			con ajadita	(arroz, zanahoria, judías y pimiento)
24 - 28 nov	Alubias	Lomos de salmón al horno	Tortilla española al horno con	Albóndigas caseras	Rabas de calamar rebozadas (sin gluten)
	estofadas	con patatas al vapor	ensalada (lechuga, maíz y aceitunas)	con pasta al horno	con ensalada (lechuga y tomate)
	Yogur. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)	(sin gluten)	
				Fruta. Pan (sin gluten)	Fruta. Pan (sin gluten)