

Menú octubre 2024 - gluten

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	1 Lechuga, pepino, tomate y zanahoria Sopa de gallina con fideo s/gluten Jamoncitos de pollo con crujiente de berenjena (s/gluten) Pan s/gluten y fruta	2 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Potaje de garbanzos con puerro Tortilla de queso Pan s/gluten y yogur artesano	3 DE LA TERRETA Brotes, lechuga, tomate y manzana Crema de guisante Buñuelos de bacalao Pan s/gluten y fruta	4 Lechuga, tomate, queso y semillas Tomate, atún y olivas Paella valenciana Pan s/gluten y fruta
7 Lechuga, tomate, aceitunas y pepino Espaguetis s/gluten napolitana Lomo asado Pan s/gluten y fruta	8 Lechuga, pepino, tomate y zanahoria Alubias eco con magro Tortilla de patata y cebolla tierna Pan s/gluten y fruta	9	10 Brotes, lechuga, tomate y manzana Crema de verduras Contrasmuslo de pollo con tomate y calabacín Pan s/gluten y fruta	11 Lechuga, tomate, queso y semillas Arroz con tomate Pescado fresco Pan s/gluten y fruta
14	15 DÍA DE MADRID Lechuga, pepino, tomate y zanahoria Sopa cubierta (s/gluten) Longanizas con tomate y bravas Pan s/gluten y fruta	16 Día mundial de la alimentación Lechuga, tomate, remolacha y olivas Estofado de garbanzo con chirivía Panini s/gluten de vegetales y atún Leche	17 Brotes, lechuga, tomate y manzana Pan s/gluten con tomate natural y queso fresco artesano Paella marinera Fruta	18 Lechuga, tomate, queso y semillas Crema de calabaza y pipas Alitas de pollo a la barbacoa Pan s/gluten y fruta
21 Ensalada de espirales s/gluten Buñuelos de bacalao Pan s/gluten y fruta	22 Lechuga, pepino, tomate y zanahoria Sopa de fideo s/gluten Pastel de carne picada, verduritas, patata y queso Pan s/gluten y fruta	23 Lechuga, tomate, remolacha y olivas Arroz de puchero Tortilla de puerro y queso Pan s/gluten y yogur natural con trocitos de fruta	24 Brotes, lechuga, tomate y manzana Crema castellana Pollo en su jugo con nabo Pan s/gluten y fruta	25 Lechuga, tomate, queso y semillas Pasta s/gluten con tomate Pescado fresco Pan s/gluten y fruta
28 Lechuga, tomate, aceitunas y pepino Guisado de pavo y vegetales Tortilla a la francesa Pan s/gluten y fruta	29 Lechuga, pepino, tomate y zanahoria Plumas s/gluten con tomate Ventresca de merluza con tomate Pan s/gluten y fruta	30 TALLER DE LA FAJITA Lechuga, tomate, remolacha y olivas Cocido valenciano Fajita de maíz murciana Pan s/gluten y leche	31 Brotes, lechuga, tomate y manzana Dados de queso y mermelada de tomate Arroz al horno Pan s/gluten y fruta	ODS 3: promovemos la salud y bienestar con elaboraciones nutritivas y saludables ODS 12: fomentamos la producción y consumo responsable con productos de temporada, de proximidad, y recetas tradicionales actualizadas ODS 4: fomentamos la educación igualitaria y de calidad a través de la cultura gastronómica de nuestro entorno y otras culturas que conviven con nosotros