



CEE LA ENCARNACIÓN -TORRENT

Noviembre 2024

No gluten, lactosa, alimentos ácidos (el pan sin gluten)

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

				1
				FESTIVO
4 Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz Sopa marinera con lluvia sin gluten Pollo plancha con patatas Postre Fruta Pan	5 Lechuga, tomate, maíz y espárragos Potaje de garbanzos Tortilla francesa con pavo Postre Fruta Pan	6 Tosta de aceite Ensalada mediterránea con atún Arroz al horno de verduras Postre Fruta ECO Pan	7 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Crema de legumbres y zanahoria ECO Lomo a la plancha con cebolla Postre Lacteo sin lact Pan	8 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Espaguetis sin gluten con cebolla y orégano Merluza a la gallega con ajitos Postre Fruta Pan
11 Lechuga, tomate, olivas y remolacha Guisado de albóndigas con guisantes Panini sin gluten con aceite y orégano Postre Fruta Pan	12 Lechuga, tomate, remolacha y espárragos Macarrones sin gluten con atún Merluza al horno con cebolla Postre Fruta Pan	13 Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Lentejas juliana con hortalizas ECO Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta Pan	14 Tosta de pavo Paella valenciana con alcachofas Rollito de york y pavo Postre Fruta Pan	15 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Crema de hortalizas ECO Pollo al horno en su jugo con zanahoria Postre Fruta Pan
18 Lechuga, tomate, olivas y remolacha Coditos sin gluten con cebolla y orégano Croquetas de bacalao Postre Fruta Pan	19 JORNADA JURASICA Crema de calabaza y zanahoria al curry Alitas de pollo al limón con patatas Postre Fruta Pan	20 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Fabada vegetal Tortilla de espinacas Postre Fruta Pan	21 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Paella de coliflor y costillas Pechuga de pavo y york Postre Fruta Pan	22 Lechuga, tomate y maíz Patatas con verduras Merluza al horno con cebolla Postre Lacteo sin lact Pan
25 Lechuga, tomate, remolacha y espárragos Espirales sin gluten con atún Bacalao a la vizcaína Postre Fruta Pan	26 Lechuga, tomate, pepino y zanahoria Potaje de garbanzos con hortalizas ECO Longanizas de magro al horno Postre Fruta Pan	27 Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Sopa de ave con fideos sin gluten Pollo a la cazadora Postre Fruta Pan	28 Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Arroz en fesols i naps Croquetas de bacalao Postre Lacteo sin lact Pan	29 Lechuga, tomate, aceitunas y maíz Lentejas juliana con hortalizas ECO Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta Pan

RECOMENDACIONES DE CENA



902 103 478 Atención al cliente

www.tamar.es



COMIDA

CENA