



CEE LA ENCARNACIÓN - TORRENT

Diciembre 2024

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

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2

Lentejas juliana con arroz integral
Tortilla de cebolla

Postre Fruta Pan

3

Coditos sin gluten con atún
Filete de merluza al horno

Postre Fruta

4

Crema de legumbres y hortalizas ECO
Pollo plancha

Pan Postre Fruta Pan

5

Arroz blanco con huevo
Jamón de york y pechuga de pavo

Postre Lacteo sin lact Pan

6

FESTIVO

9

Guisado de verduras con patatas
Panini sin gluten con aceite y orégano

Postre Fruta Pan

10

Macarrones sin gluten con atún
Abadejo a la vizcaína

Postre Fruta

11

Sopa de cocido sin gluten
Cocido

Pan Postre Fruta ECO Pan

12

Tosta de aceite
Ensalada completa murciana
Arroz al horno

Postre Fruta Pan

13

Olleta de alubias con hortalizas
Tortilla de espinacas

Postre Fruta Pan

16

Espaguetis sin gluten con atún
Tortilla de patata y cebolla

Postre Fruta Pan

17

Potaje de garbanzos con zanahoria ECO
Croquetas de bacalao

Postre Fruta

18

Tosta de humus al pimentón
Ensalada valenciana completa
Arroz a banda

Pan Postre Fruta Pan

19

Crema de verduras y hortalizas
Hamburguesa plancha

Postre Fruta Pan

20

Sopa de Navidad con estrellitas sin gluten
Pollo al horno a la manzana

Postre Lacteo sin lact Pan

23

24

25

26

27

30

31

RECOMENDACIONES DE CENA



☎ 902 103 478 Atención al cliente

🌐 www.tamar.es



COMIDA

CENA