

menú



MENÚ CELÍACO

DICIEMBRE 2025

irco
alimentar cuidando

lunes

Lechuga, remolacha, maíz

Arroz con salsa de tomate

Longanizas rustidas al horno

de carne de cerdo con cebolla

Fruta de temporada

martes

Lechuga, maíz, olivas

Alubias campesinas

con hortalizas

Tortilla francesa con pisto

con verduras

Fruta de temporada

miércoles

Lechuga, tomate, zanahoria

Sopa de ave con fideos "sin gluten"

con huevo

Pollo rebozado casero

con harina de maíz

Fruta de temporada

jueves

Lechuga, zanahoria, lombarda

Crema bretona

con alubias blancas y hortalizas

Pizza "sin gluten" de jamón serrano

con tomate y queso

Fruta de temporada

viernes

Hummus

Macarrones "sin gluten" con salsa de calabaza y queso

Rustidera de merluza con guisantes

con cebolla, pimiento y patata al horno

Fruta de temporada

8

Lechuga, zanahoria, olivas

Arroz de invierno con setas

Filete de merluza rebozada casera

con harina de maíz

Fruta de temporada

9

Chips caseros de vegetarianos frescos

Guiso de garbanzos

con hortalizas

Tortilla de patata

Fruta de temporada

10

Ensalada mediterránea con queso

lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas

Fideuá gandiense con fideo "sin gluten"

con pescado y marisco

Yogur

15

Lechuga, remolacha, pepino

Macarrones "sin gluten" napolitana

con tomate, queso y hortalizas

Filete de merluza rebozada casera

con harina de maíz

Fruta de temporada

16

Lechuga, zanahoria, olivas

Crema de calabaza y coco

Albóndigas a la santanderina

con salsa de zanahoria y cebolla

Fruta de temporada

17

Lechuga, tomate, maíz, olivas

Sopa de ave con fideos "sin gluten"

con huevo

Cocido con pelota

con garbanzos, patata y hortalizas

Fruta de temporada

18

Lechuga, zanahoria, lombarda

Arroz con coliflor y ajotes

Revuelto campero

con patata, champiñones y pimiento

Fruta de temporada

22

Hummus casero de aguacate

Hamburguesa de ave tex mex con patata ranchera

con ensalada, sin pan, sin queso

Postre permitido*

LOS DULCES NATURALES ALEGRÍA



CONSEJOS SALUDABLES

*El postre del día 22 se servirá en función de la alergia, intolerancia o condición alimentaria