



Sabías que:

Consejos saludables

* el postre del día 27 se adaptará en función de la alergia o necesidad alimentaria

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
 <p>Lechuga, lombarda, pepino 3</p> <p>Crema arcoiris de zanahoria y remolacha</p> <p>Filete de lomo al horno Fruta de temporada</p>	 <p>Hummus con pan "sin gluten" 4</p> <p>Macarrones "sin gluten" a la italiana con tomate y queso</p> <p>Filete de merluza en salsa verde al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p>	 <p>Lechuga, zanahoria, olivas 5</p> <p>Pisto asado</p> <p>Tortilla de patata y cebolla caramelizada Fruta de temporada</p>	 <p>Lechuga, tomate, pepino, zanahoria, olivas 6</p> <p>Arroz del senyoret con pescado y marisco</p> <p>Jamón serrano y queso Yogur</p>	 <p>Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 7</p> <p>Cassoulet de alubias con hortalizas</p> <p>Alitas de pollo rustidas con maíz salteado Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz 10</p> <p>Verduras salteadas con arroz</p> <p>Boquerón en tempura casera Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, olivas 11</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Fricandó de ave pollo al horno con pimiento, cebolla y tomate Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, pepino, maíz 12</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Lomo a la cazuela con aroma de canela y limón al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas 13</p> <p>Arroz con magro</p> <p>Filete de merluza gratinado con muselina de guisantes al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, maíz 14</p> <p>Potaje de garbanzos con verduras con patata, calabacín, cebolla y zanahoria</p> <p>Tortilla de queso Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, tomate, maíz, olivas 17</p> <p>Crema de guisantes y pera</p> <p>Pechuga de pollo rebozado casero con colinesa casera con harina de maíz Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, pepino, zanahoria 18</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Cazuela de magro en salsa con tomate, zanahoria, cebolla y pimentón Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, manzana 19</p> <p>Macarrones "sin gluten" salteados con pollo y salsa de tomate con queso</p> <p>Jamón serrano y queso Yogur</p>	<p>Lechuga, zanahoria, olivas 20</p> <p>Olleta de alubias estofadas con hortalizas</p> <p>Tortilla francesa con pisto Fruta de temporada</p>	<p>Hummus con pan "sin gluten" 21</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al estilo cajún al horno con especias cajún Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 24</p> <p>Verduras salteadas con arroz</p> <p>Filete de merluza al limón con patata juliana al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, lombarda, pepino 25</p> <p>Crema mediterránea con queso con hortalizas</p> <p>Muslo de pollo con manzana al horno y grill de tomate al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda 26</p> <p>Arroz caldoso de invierno con setas y zanahoria con cebolla, zanahoria y puerro</p> <p>Rustidera de abadejo al horno con verduras Fruta de temporada</p>	 <p>Espaguetis "sin gluten" salteados con hortalizas</p> <p>Filete de lomo asado Yogur*</p>	<p>Lechuga, maíz, olivas 28</p> <p>Garbanzos a la hortelana con hortalizas</p> <p>Revuelto de huevo con patatas con patata y queso Fruta de temporada</p>