



RECETAS PARA
COMPARTIR: AMISTAD



CONSEJOS SALUDABLES

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>Lechuga, remolacha, maíz 3</p> <p>Macarrones "sin gluten" con salsa de calabaza y queso</p> <p>Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, tomate, maíz, olivas 10</p> <p>Crema de guisantes y pera</p> <p>Pechuga de pollo rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, remolacha, maíz 17</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Hamburguesa mixta con pisto al horno con tomate, calabacín y pimiento Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, maíz, olivas 24</p> <p>Crema de bullit con patata, zanahoria, cebolla y judías verdes</p> <p>Lomo al pimentón Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, olivas 4</p> <p>Garbanzos con verduras especiadas con hortalizas</p> <p>Revuelto de huevo con patatas Fruta de temporada</p> <p>Hummus con pan "sin gluten" 11</p> <p>macarrones "sin gluten" con salsa de tomate y champiñones con champiñones y salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza en salsa mery al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, tomate, maíz, olivas 18</p> <p>Hervido valenciano con patata, cebolla y zanahoria</p> <p>Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, pepino, zanahoria 25</p> <p>Arroz de montaña con magro</p> <p>Tortilla de cebolla y puerro Fruta de temporada</p>	<p>Chips caseros de vegetales frescos 5</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Filete de merluza gratinado con ajoaceite al horno Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, zanahoria, olivas 12</p> <p>Salteado de verduras con arroz</p> <p>Tortilla de patata Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, pepino, zanahoria 19</p> <p>Arroz caldoso con acelgas</p> <p>Tortilla de queso Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz, olivas 26</p> <p>Macarrones "sin gluten" salteados con pollo y salsa de tomate con queso</p> <p>Filete de merluza al limón al horno Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, pepino 6</p> <p>Crema country grill con verduras asadas</p> <p>Cazuela de magro en salsa con tomate, zanahoria, cebolla y pimentón Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, lombarda, tomate, olivas 13</p> <p>Tosta al horno con pisto asado CON PAN SIN GLUTEN</p> <p>Arroz del senyoret con pescado y marisco Yogur</p> <p>Lechuga, zanahoria, lombarda, olivas 20</p> <p>Crema griega con garbanzos y calabaza</p> <p>Alitas de pollo rustidas Fruta de temporada</p> <p>Hummus con pan "sin gluten" 27</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Pollo al estilo oriente medio Kefir*</p>	<p>Lechuga, lombarda, olivas 7</p> <p>Sopa de ave con fideos "sin gluten"</p> <p>Muslo de pollo al chilindrón en salsa con pimentón, orégano y perejil Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, pepino, zanahoria 14</p> <p>Potaje de alubias con verduras con patata, calabacín, cebolla y zanahoria</p> <p>Pizza "sin gluten" con jamón serrano y tomate con queso Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, zanahoria, olivas 21</p> <p>Espaguetis "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate</p> <p>Gallineta a la vizcaína Fruta de temporada</p> <p>Lechuga, zanahoria, lombarda 28</p> <p>Alubias de la huerta con hortalizas</p> <p>Filete de merluza rebozada casera con harina de maíz Fruta de temporada</p>

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