

# menú

MENÚ CELIACO

# ENERO 26

**irco**  
alimentar cuidant.

**lunes**

**martes**

**miércoles**

**jueves**

**viernes**

5

6

7

1

2

Lechuga, tomate, zanahoria, maíz 12

**Sopa de ave con fideos "sin gluten"**

**Merluza guisada con patatas**

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, lombarda 13

**Garbanzos juliana**

con verduras

**Tortilla de queso**

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, olivas 7  
**Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca**

con tomate  
**Filete de merluza rebozada casera**

con harina de maíz  
Fruta en conserva

Lechuga, zanahoria, maíz 8  
**Guiso de patatas con hortalizas**

Hamburguesa mixta al horno con pisto mallorquín

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, lombarda 9  
**Crema de zanahoria y remolacha**

Pizza "sin gluten" con jamón serrano

con queso  
Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 19

**Arroz con salsa de tomate**

**Tortilla de espinacas**

Fruta de temporada

Lechuga, tomate, lombarda 20

**Guiso de patatas con hortalizas**

**Filete de abadejo rebozado casero**

con harina de maíz

Fruta de temporada

Lechuga, pepino, zanahoria 21  
**Crema de coliflor y manzana**

**Alitas de pollo rustidas**

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, olivas 22

**Macarrones "sin gluten" a la toscana**

con tomate, zanahoria y cebolla

**Filete de merluza en salsa de limón**

al horno

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, olivas 23

**Garbanzos con calabaza, coco y cilantro**

**Longanizas en salsa lionesa**

al horno con salsa de cebolla

Fruta de temporada

Lechuga, zanahoria, olivas 26

**Sopa de ave con fideos "sin gluten"**

**Pechuga de pollo rebozada casera**

con harina de maíz

Fruta de temporada

Hummus de garbanzos con pan "sin gluten" 27

**Arroz con magro**

**Filete de merluza con aliño de ajo y perejil**

Fruta de temporada

Lechuga, maíz, remolacha 28

**Cassoulet de alubias con hortalizas**

**Lomo en salsa española**

Fruta de temporada

Broccaccia del chef "sin gluten" 29

**Crema de verduras a la italiana**

con verduras y aceitunas negras

**Picatta de pollo**

Postre de soja

Lechuga, pepino, zanahoria 30

**Verduras salteadas con arroz**

**Tortilla de patata**

Fruta de temporada



**SABÍAS QUE**

**CONSEJOS SALUDABLES**

\* el postre del día 29 se adaptará en función de la alergia o necesidad alimentaria