

1 LUNES	
	Pasta a la Toscana (sin gluten) kCal 533.2
	Tortilla de calabacín CH 55.5
	(Guarnición) Ensalada variada Prot 35.1
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 18.5
Cena recomendada	

2 MARTES	
	Ensalada crujiente de garbanzos kCal 328
	Escalope a la plancha CH 11.26
	Pisto casero (calabacín, pimiento, tomate...) Prot 31.99
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 11.94
Cena recomendada	

3 MIÉRCOLES	
	Sopa templada de la huerta con pasta sin gluten y huevo rallado kCal 465.5
	Pollo al horno con patatas CH 45.2
	(Guarnición) Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas laminadas Prot 33.6
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 14.2
Cena recomendada	

4 JUEVES	
	Arroz largo salteado con verduras y huevo (estilo oriental) kCal 749.65
	Ventresca de merluza al horno con orégano, ajo y pimentón CH 67.2
	(Guarnición) Ensalada variada con fruta Prot 38
	Pan sin gluten y Yogur artesanal Lip 28.51
Cena recomendada	

5 VIERNES	
	Vichissoise ECO con pera kCal 393
	Lomo adobado al horno CH 37.2
	Patatas con verduras Prot 33.6
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 12.6
Cena recomendada	

8 LUNES	
	Legumbres sin gluten con verduras kCal 693.9
	Longanizas a la lionesa CH 68.4
	(Guarnición) Ensalada variada Prot 42.2
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 27.9
Cena recomendada	

9 MARTES	
	Macarrones sin gluten a la napolitana kCal 407.9
	Tortilla francesa con pechuga de pavo CH 47.7
	(Guarnición) Ensalada de lechuga, maíz y pepino Prot 29.8
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 10.7
Cena recomendada	

10 MIÉRCOLES	
	Arroz integral con salsa de tomate casera kCal 538.1
	Pescado a la plancha CH 71.45
	Verduras bicolor Prot 31.29
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 11.54
Cena recomendada	

11 JUEVES	
	Fideuá sin gluten kCal 480.3
	Huevo relleno CH 50
	Lechuga, manzana y zanahoria Prot 34.6
	Pan sin gluten y Yogur Lip 17.6
Cena recomendada	

12 VIERNES	
	Ñoguis con salsa de queso kCal 434.2
	Pollo al limón CH 30
	(Guarnición) Ensalada variada Prot 34.6
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 19.4
Cena recomendada	

15 LUNES	
	Ensalada de pasta (sin gluten) kCal 508.65
	Pescado blanco al horno en salsa Mery CH 39.56
	(Guarnición) Ensalada variada Prot 42.99
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 19.28
Cena recomendada	

16 MARTES	
	Sopa tibia de ave con hortalizas ECO (sin gluten) kCal 550.9
	Pan pizza casero de bacon y champiñones (sin gluten) CH 64.9
	(Guarnición) Ensalada variada Prot 35.1
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 16.9
Cena recomendada	

17 MIÉRCOLES	
	Legumbres con verduras salteadas kCal 486.3
	Tortilla de patata y cebolla CH 54.1
	(Guarnición) Ensalada variada Prot 38.8
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 16.8
Cena recomendada	

18 JUEVES	
	Crema templada con verduras de temporada kCal 427.6
	Pollo al horno con manzana CH 30.36
	Champiñones al ajillo Prot 33.02
	Pan sin gluten y fruta de temporada Lip 18.09
Cena recomendada	

19 VIERNES	
	Arroz al horno kCal 971.9
	Montadito de atún con tomate y aceitunas (sin gluten) CH 136.2
	(Guarnición) Ensalada variada con fruta Prot 45.92
	Pan sin gluten y helado Lip 25.87
Cena recomendada	

22 LUNES	23 MARTES	24 MIÉRCOLES	25 JUEVES	26 VIERNES
Vacaciones	Vacaciones	Vacaciones	Vacaciones	Vacaciones

29 LUNES	30 MARTES
Vacaciones	Vacaciones



- GLUTEN
- CRUSTÁCEOS
- HUEVO
- PESCADO
- FRUTOS DE CÁSCARA
- LÁCTOSA
- MOLUSCOS
- CACAHUETES
- SOJA
- APIO
- MOSTAZA
- ALTRAMUCES
- SULFITOS
- LÁCTEO ARTESANAL
- ECOLÓGICO
- POSTRE CASERO



Menús valorados y avalados nutricionalmente por Sheila Llop Trenco. (Dietista - Nutricionista COL N.º CV00038) *ELS ALIMENTS COM OLIVES O DACS NOMÉS ÉS DONA ALS ALUMNES DE L'ETAPA D'EDUCACIÓ PRIMÀRIA*

En cumplimiento del reglamento 1169/2011, la empresa tiene a su disposición los alérgenos que contienen estos menús. Podrán solicitarlo a: calidad@sercole.com