



MENÚ DICIEMBRE 2025

SIN GLUTEN, SIN LACTOSA



| | | | | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----|---------------------------------|----|------------------------------------------------------|
| 1 | 745 Kcal. P.: 24 HC.: 45 L.: 22 | 2 | 620 Kcal. P.: 16 HC.: 40 L.: 15 | 3 | 640 Kcal. P.: 20 HC.: 37 L.: 19 | 4 | 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 | 5 | 600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14 |
| ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y MAIZ | ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y BROTES | ENSALADA LECHUGA ,TOMATE Y ACEITUNAS | ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y OLIVAS | ENSALADA DELECHUGA ,TOMATE Y MAIZ | | | | | |
| SOPA CASTELLANA CON FIDEOS SIN GLUTEN | 6 ARROZ CON VERDURA ECOLÓGICA | MACARRONES SIN GLUTEN AL PESTO CON SALSA DE TOMATE ECOLÓGICA CON ATÚN 4 | GARBAZOS ECOLÓGICOS ESTOFADOS CON VERDURAS 12 | CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA | | | | | |
| FILETE DE LOMO DE CERDO BRESEADO | FILETE DE PALOMETA CON TOMATE CASERO | SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA | TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA | FILETE DE MERLUZA EN SALSA MERY CON CEBOLLA CARMELIZADA 4 | | | | | |
| FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | |
| 8 | | 9 | 790 Kcal. P.: 27 HC.: 50 L.: 22 | 10 | 630 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 17 | 11 | 635 Kcal. P.: 18 HC.: 43 L.: 16 | 12 | 710 Kcal. P.: 22 HC.: 46 L.: 18 |
| | | | ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y BROTES | ENSALADA LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS | ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA | | | | ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA |
| | | | 6 ARROZ DE VERDURA | 12 ALUBIAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS | 12 ESPIRALES DE COLORES SIN GLUTEN A LA PUTTANESCA | | | | SOPA MINESTRONE DE VERDURA SIN GLUTEN |
| | | | VENTRESCA DE MERLUZA EN SALSA ANDALUZA CON GUISANTES 4 | TORTILLA DE CALABACÍN | FILETE DE BACALAILA EN SALSA MERY CON VERDURAS 4 | | | | POLLO AL HORNO ASADO EN SU JUGO CON PATATA 12 |
| | | | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | | | | FRUTA DE TEMPORADA |
| 15 | 600 Kcal. P.: 16 HC.: 39 L.: 14 | 16 | 605 Kcal. P.: 20 HC.: 39 L.: 13 | 17 | 715 Kcal. P.: 28 HC.: 40 L.: 22 | 18 | 640 Kcal. P.: 21 HC.: 38 L.: 18 | 19 | 625 Kcal P: 23 HC : 34 L : 16 |
| ENSALADA DELECHUGA ,TOMATE Y MAIZ | ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y ACEITUNAS | ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE Y BROTES | ENSALADA LECHUGA, TOMATE Y REMOLACHA | ENSALADA DELECHUGA,TOMATE, OLIVAS Y ARROZ BASMATI (ENSALADA BIRYANI) | | | | | |
| CREMA DE VERDURA ECOLÓGICA | LENTEJAS ECOLÓGICAS ESTOFADAS CON VERDURAS | 6 MARMITAKO DE SALMÓN | MACARRONES SIN GLUTEN CON SALSA TOMATE CASERA Y CHAMPIÑÓN | 12 CHANA MASALA (GARBAZOS CON VERDURAS AL CURRY) | | | | | |
| 12 CABEZADA DE CERDO ASADA CON SALSA DE TOMATE CASERA | 12 TORTILLA DE PATATA | 4,12 MEDALLÓN DE REDONDO DE PAVO SOBRE LECHO DE VERDURAS | 4 FILETE DE MERLUZA EN SALSA MERY CON VERDURAS | 12 POLLO TANDORI | | | | | |
| FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | FRUTA DE TEMPORADA | | | | | |
| 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | 26 | |
| | | | | | | | | | |
| VACACIONES | VACACIONES | VACACIONES | VACACIONES | VACACIONES | | | | | VACACIONES |
| 29 | | 30 | | 31 | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| VACACIONES | VACACIONES | VACACIONES | VACACIONES | | | | | | |