



COCINA CENTRAL

Diciembre 2024

Menú Sin Gluten, Carne

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2
Lechuga, tomate, maíz y espárragos
Lentejas juliana con arroz integral
Tortilla francesa con queso
Postre Fruta **Pan**

3
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Coditos sin gluten a la napolitana con cebolla
Filete de merluza a la gallega
Postre Fruta **Pan**

4
Mezclum de lechuga, tomate, olivas y maíz
Crema de legumbres y hortalizas ECO
Pescado al horno
Postre Fruta **Pan integral**

5
Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Arroz con tomate
Surtido de quesos
Postre Lácteo **Pan**

6
FESTIVO

9
Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Guisado de verduras con patatas
Pescado al horno
Postre Fruta **Pan**

10
Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Macarrones sin gluten a la sorrentina
Abadejo a la vizcaína
Postre Fruta **Pan**

11
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Sopa hortelana sin gluten
Albóndigas vegetales
Postre Fruta ECO **Pan integral**

12
Tosta sin gluten de tomate
Arroz al horno de verduras
Surtido de quesos
Postre Fruta **Pan**

13
Lechuga, tomate, remolacha y espárragos
Olleta de alubias con hortalizas
Tortilla de patata y espinacas
Postre Fruta **Pan**

16
Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Espirales sin gluten con atún
Merluza al horno
Postre Fruta **Pan**

17
Lechuga, tomate, olivas y remolacha
Potaje de garbanzos con zanahoria ECO
Tortilla de patata y cebolla
Postre Fruta **Pan**

18
Tosta sin gluten de humus al pimentón
Arroz a banda
Surtido de quesos
Postre Fruta **Pan integral**

19
Chips
Crema de verduras y hortalizas
Pescado al horno con ketchup y patatas
Postre Fruta **Pan**

20
Lechuga, tomate, pepino y aceitunas
Sopa juliana con sin gluten
Albóndigas vegetales
Postre Lácteo especial **Pan**

23
NO LECTIVO

24
NO LECTIVO

25
FESTIVO

26
NO LECTIVO

27
NO LECTIVO

30
NO LECTIVO

31
NO LECTIVO

RECOMENDACIONES DE CENA

