



Lunes

Martes

COCINA CENTRAL

Enero 2026

Menú Sin Gluten, Carne

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
						1		2	
						FESTIVO			
5		6	FESTIVO	7	Lechuga, tomate, zanahoria Macarrones sin gluten con atún Tortilla francesa Postre Fruta Pan sin glut	8	Mezclum, tomate, espárragos y cebolleta Arroz con tomate Merluza al vapor Postre Fruta Pan sin glut	9	Lechuga, tomate, remolacha Crema de alubia pinta, cebolla y zanahorias Pescado al horno Postre Fruta Pan sin glut
12	Mezclum, tomate, zanahoria y maíz Guisado de verduras Tortilla francesa con atún Postre Fruta Pan sin glut	13	Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas Espirales sin gluten con tomate y albahaca Ventresca de merluza a la gallega Postre Fruta Pan sin glut	14	Mezclum, tomate, espárragos y maíz Sopa hortelana sin gluten Pescado al horno Postre Fruta ECO Pan sin glut	15	Arroz al horno de verduras Surtido de quesos Postre Fruta Pan sin glut	16	Lechuga, tomate, maíz Crema de puerros Albóndigas vegetales a la jardinera con patatas Postre Lácteo Pan sin glut
19	Lechuga, tomate, maíz y zanahoria Macarrones sin gluten a la napolitana Albóndigas de bacalao Postre Fruta Pan sin glut	20	JORNADA EGIPCIA Arroz blanco Albóndigas vegetales con patatas Postre Labneh, yogur griego	21	Lechuga, tomate, pepino Crema de calabaza y zanahoria ECO Merluza al vapor Postre Fruta Pan sin glut	22	Lechuga, tomate, aceitunas y espárragos Potaje de garbanzos Tortilla de patata y cebolla Postre Fruta ECO Pan sin glut	23	Lechuga, tomate, zanahoria y cebolleta Sopa de verduras de inv ECO c lluvia sin glut Filete de abadejo a la gallega con ajitos y pimentón dulce Postre Fruta Pan sin glut
26	Lechuga, tomate, zanahoria y espárragos Espirales sin gluten a la sorrentina con queso Merluza al horno con mahonesa Postre Fruta Pan sin glut	27	Mezclum, tomate, remolacha y cebolleta Fabada vegetal Tortilla francesa Postre Lácteo Pan sin glut	28	Lechuga, tomate, espárragos y maíz Sopa juliana con estrellitas sin gluten Pescado con champiñones Postre Fruta Pan sin glut	29	Paella valenciana de verduras Surtido de quesos Postre Fruta Pan sin glut	30	Lechuga, tomate, pepino y aceitunas Crema de lentejas Albóndigas de bacalao Postre Fruta Pan sin glut