

MENÚ SEPTIEMBRE 2022

CELIACOS MIÉRCOLES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				
12	13	14	15	16
<p>Lechuga, tomate, maíz, carlota, olivas Pan sin gluten Pasta sin gluten Italiana (calabacín, berenjena, champi, tomate, cebolla) Merluza plancha con champiñones salteados</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: center;">Frutos Secos</p> <p style="text-align: center;">Crema de verduras</p> <p style="text-align: center;">Panini sin gluten de boloñesa vegetal</p> <p style="text-align: center;">Helado sin gluten</p>	<p>Lechuga, tomate, pepino, olivas, sésamo Pan sin gluten Sopa de lluvia pasta sin gluten, no concentrados Albondigas jardinera (sin gluten) con puré de patatas</p> <p style="text-align: center;">Fruta ecológica</p>	<p style="text-align: center;">Humus de garbanzos con nachos</p> <p style="text-align: center;">Arroz de calamar y ajos tiernos</p> <p style="text-align: center;">Tortilla de cebolla con ensalada de tomate</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, atún, cebolla Pan sin gluten Crema de la Huerta Eco</p> <p style="text-align: center;">Jamoncitos de pollo a la barbacoa con arroz o patatas</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>
19	20	21	22	23
<p>Lechuga, tomate, remolacha, pipas Pan sin gluten Patatas Riojana</p> <p style="text-align: center;">Merluza a la plancha con salteado de verduras</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p>Pan sin gluten-Lechuga, tomate, carlota, pepino</p> <p style="text-align: center;">Fabada vegetal</p> <p style="text-align: center;">Pollo con manzana y palomitas</p> <p style="text-align: center;">Yogurt</p>	<p>Lechuga, tomate, espárragos, olivas Pan sin gluten Espaguetis sin gluten con atún</p> <p style="text-align: center;">Tortilla de zanahoria con queso</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p>Canónigos, tomate, rabanos, cacahuets Pan sin gluten Sopa de estrellas no concentrados, pasta sin gluten Longanizas con patatas asadas</p> <p style="text-align: center;">Fruta ecológica</p>	<p>Lechuga, tomate, cebolla, pasas, queso Pan sin gluten Arroz blanco con tomate</p> <p style="text-align: center;">Pescado plancha u horno dados de calabacín y cebolla eco</p> <p style="text-align: center;">Granizado de piña casero</p>
26	27	28	29	30
<p>MEAT FREE MONDAY Crema de queso no galletitas saladas Pan sin gluten Arroz con acelgas</p> <p style="text-align: center;">Tortilla francesa con ensalada</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p>Lechuga, tomate, col, carlota, manzana Pan sin gluten Potaje de garbanzos</p> <p style="text-align: center;">Lomo Adobado Artesanal con pisto</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p>Pan sin gluten- Lechuga, tomate, maíz, cebolla</p> <p style="text-align: center;">Pasta sin gluten Donatello (cebolla, champiñón, tomate, nata.) Carbonero al horno con cama de verduras</p> <p style="text-align: center;">Yogurt de beber</p>	<p>Lechuga, tomate, pepino, olivas negras Pan sin gluten Sopa de fideos no concentrados, pasta sin gluten Entremuslo a la plancha con minipizeta de calabacín</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p>Lechuga, lombarda, piña, zanahoria, pipas Pan sin gluten Crema de zanahoria</p> <p style="text-align: center;">Calamar plancha con mazorca de maíz</p> <p style="text-align: center;">Fruta ECO</p>

CELIAQUÍA

PAN Y BASES DE PIZZA NO PUEDE COMER, TIENE QUE SER "SIN GLUTEN"

NO PUEDEN PAN RALLADO NI HARINA NORMAL, TIENE QUE SER "SIN GLUTEN", ANTE LA DUDA, HACERLO A LA PLANCHA O AL HORNO

NO PUEDE PASTA NI PASTA DE SOPA NORMAL, TIENE QUE SER ESPECIAL "SIN GLUTEN", POR LO TANTO TAMPOCO PUEDE NI CANELONES, NI RAVIOLIS.

COLORANTE Y PIMENTÓN "SIN GLUTEN"

SIEMPRE QUE TENGAIS QUE FREIR ALGO PARA ÉL, NUNCA EN FREIDORA, SIEMPRE A PARTE, A NO SER QUE TENGAIS UNA EXCLUSIVA PARA PATATAS.

NO PUEDE NINGUN PRECOCINADO QUE VAYA REBOZADO O EMPANADO

EL EMBUTIDO Y EL FIAMBRE TIENE QUE SE "SIN GLUTEN"

NO PUEDE NINGÚN CONCENTRADO DE CARNE, POLLO NI PESCADO

NO PUEDE LENTEJAS POR PODER CONTENER TRAZAS