



OCTUBRE 2026

SIN GLUTEN



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	ALÉRGENOS
			Tricolor de guisantes, patata y zanahoria ecológica Costillas con patatas guisadas Naranja Pan sin gluten y agua 1	Ensalada de pasta sin gluten Salmón al horno Cardo rehogado Manzana Pan sin gluten y agua 2 4	 CONTIENE GLUTEN 1  FRUTOS DE CÁSCARA 8
Ensalada completa Lasaña casera de ternera sin gluten Manzana Pan sin gluten y agua 5 7	Alubia pinta con verdura Merluza al horno con pisto Plátano Pan sin gluten y agua 6 4	Coliflor rehogada Pollo a la plancha Ensalada de tomate y aceitunas Piña natural Pan sin gluten y agua 7	Paella integral mixta Rosada a la andaluza Ensalada campestre con tomate Yogur natural Pan sin gluten y agua 8 4, 7	Garbanzos con verdura y tomate Tortilla francesa Ensalada mezclum Pera Pan sin gluten y agua 9 3	 CRUSTACEOS 2  APIO 9
FESTIVO 12	Macarrones sin gluten al horno Huevo revuelto con champiñón Ensalada mezclum con tomate Manzana Pan sin gluten y agua 13 3, 7	Brócoli rehogado con arroz Filete de sajonia a la gallega Patata al horno Pera Pan sin gluten y agua 14	Sopa de cocido Cocido completo Plátano Pan sin gluten y agua 15	Alubia blanca con verdura Croquetas casera sin gluten Ensalada mixta Naranja Pan sin gluten y agua 16 3, 7	 HUEVOS 3  MOSTAZA 10
Crema de puerro ecológico Bacalao al horno Ensalada completa Piña natural Pan sin gluten y agua 19 4, 7	Espagueti sin gluten a la boloñesa Palometa al horno Ensalada de tomate y lechuga Pera Pan sin gluten y agua 20 4	Lenteja ecológica con verdura Magro con tomate Arroz integral Plátano Pan sin gluten y agua 21	Arroz con verduras Salmón al horno en salsa de naranja Ensalada de lechuga Manzana Pan sin gluten y agua 22 4	Judías verdes cocidas Huevo frito Patata cocida Naranja Pan sin gluten y agua 23 3	 PESCADO 4  GRANOS DE SÉSAMO 11
Arroz con boloñesa de verdura Merluza en salsa verde Guisantes Naranja Pan sin gluten y agua 26 4	Sopa de verdura sin gluten Albóndigas guisadas Arroz integral Pera Pan sin gluten y agua 27 3, 9	Potaje de garbanzos Tortilla de patata al horno Ensalada de lechuga, tomate y maíz Plátano Pan sin gluten y agua 28 3	Puré de verdura Bacalao guisado con patatas y espinacas Manzana Pan sin gluten y agua 29 4	COMIDA ESPECIAL HALLOWEEN Crema de calabaza y zanahoria Salchichas frescas con patatas salteadas Piña natural Pan sin gluten y agua 30	 CACAHUETES 5  DIÓXIDO DE AZUFRE Y SULFITOS 12
					 SOJA 6  MOLUSCOS 13
					 LACTEOS 7  ALTRAMUCES 14

* La Fruta de temporada puede sufrir cambio, si la maduración no es la correcta para su consumo.

* El menú general se adapta, eliminando los alérgenos alimentarios para cada caso concreto