

**Lunes**

6



**13 Patatas a la Riojana** Patata Pelada, Cebolla, Chorizo Fresco, Pimiento Rojo Dado  
**Tortilla Francesa.** Tortilla Francesa

**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

**20 Crema de Verduras** Patata Pelada, Calabacin, Judia Verde Plana, Cebolla

**Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)** Merluza Filete, Harina Fina Maiz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Tomate y Cebolla** Tomate Bola, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Arroz + Carne + Fruta**

**27 Judías Verdes Rehogadas** Judia Verde Plana, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

**Tortilla de Patata con Cebolla.** Tortilla Patata/cebo S/s, Aceite Oliva 0,4°

**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

**Martes**

7



**14 Judías Blancas Estofadas** Alubia Blanca, Patata Pelada, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°  
**Ensalada de Lechuga y Maíz** Lechuga Iceberg Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Huevo + Lácteo**

**21 Lentejas Estofadas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola

**Tortilla Francesa de Espinacas.** Tortilla Francesa con Espinacas

**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Pasta + Ave + Lácteo**

**28 Sopa de Fideos (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Cebolla, Tomate Triturado, Pimiento Verde

**Bacalao al Horno** Bacalao Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

**Arroz Pilaf** Arroz Vaporizado, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Peregil  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Ave + Fruta**

**Miércoles**

8

**Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar

**Caballa en Aceite** Caballa Aceite

**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tirras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Gelatina** Gelatina Fresa

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

**15 Pasta Sin Gluten con Tomate** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Azucar  
**Limanda al Horno** Limanda Filete, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Zanahoria** Lechuga Iceberg, Zanahoria Rallada, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Carne + Fruta**

**22 Arroz Cinco Delicias** Arroz Zanahoria Guisantes Jamon Gambas, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

**Salmon al Horno** Salmon, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada

**Pimientos Asados** Pimiento Rojo Tirras, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Huevo + Fruta**

**29 Judías Pintas Estofadas** Alubia Pinta, Patata Brava, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

**Tortilla Francesa con Queso.** Tortilla Francesa, Queso Barra Sandwich

**Ensalada de Lechuga y Tomate** Lechuga Iceberg, Tomate Bola, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Pasta + Carne + Fruta**

**Jueves**

9

**Lentejas Castellanas** Lenteja Pardina, Patata Pelada, Cebolla, Tomate Bola

**Tortilla de Patata con Cebolla.** Tortilla Patata/cebo S/s, Aceite Oliva 0,4°

**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Arroz + Pescado + Fruta**

**16 Potaje de Garbanzos con Espinacas** Garbanzo, Patata Pelada, Zanahoria, Cebolla

**Roti de Pavo al Horno** Pavo Roti, Cebolla, Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°

**Zanahorias al Ajillo.** Zanahoria, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Pasta + Huevo + Lácteo**

**23 Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Ternera Falda, Pollo Eviscerado, Gallina

**Cocido Completo** Garbanzo, Pollo Eviscerado, Patata Pelada, Codillo Jamon

**Repollo Rehogado** Repollo, Aceite Oliva 0,4°

**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Pescado + Fruta**

**30 Arroz con Tomate** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°, Azucar

**Jamonicos de Pollo al Ajillo** Pollo Jamoncito, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada, Ajo Extra

**Ensalada de Tomate y Maíz** Tomate Bola, Maiz Dulce, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Yogur** Yogurt Natural

**Cena: Verdura + Pescado + Lácteo**

**Viernes**

10

**Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)** Fideos Arroz S/gluten, Pollo Eviscerado, Codillo Jamon, Ternera Huesos

**Albóndigas en Salsa sin Gluten** Albondiga Pollo, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Aceite Girasol  
**Patatas Dado** Patata Pelada, Aceite Oliva 0,4°, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Patata + Huevo + Fruta**

**17 Paella de Verduras** Arroz Vaporizado, Tomate Frito, Cebolla, Champiñon

**Palometa con Tomate** Palometa Filete, Tomate Frito, Aceite Oliva 0,4°

**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Ave + Fruta**

**24 Pasta Sin Gluten con Queso** Macarrones S/gluten, Tomate Triturado, Tomate Frito, Queso Rallado

**Cinta de Lomo Fresca al Horno** Cerdo Cinta Lomo Filete, Zanahoria, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°

**Champiñón al Ajillo** Champiñon Laminado, Aceite Oliva 0,4°, Ajo Extra, Sal Fina Yodada  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Lácteo**

**31 Lentejas Ecológicas Estofadas** Lenteja Castellana Eco 5kg, Patata Pelada, Tomate Bola, Cebolla Yodada

**Merluza Andaluza (Harina Sin Gluten)** Merluza Filete, Harina Fina Maiz, Aceite Girasol, Sal Fina Yodada  
**Ensalada de Lechuga y Cebolla** Lechuga Iceberg, Cebolla, Aceite Oliva 0,4°, Vinagre  
**Pan Sin Gluten y Agua** Pan S/gluten  
**Fruta de Temporada** Pera, Manzana Golden, Platano Banana, Naranja  
**Leche** Leche Semidesnatada

**Cena: Verdura + Huevo + Fruta**