

Sin Gluten

MES: Octubre 2025 LA SALLE LA PURISIMA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 Arroz con verduras Lomo al horno con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	2 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Tortilla francesa al horno con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten)	3 Crema de verduras Pollo asado con patatas panaderas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 2808/672 GT: 19 GS: 5 HC: 92 AZ: 18 PROT: 34 SAL: 1
6 Crema de patata y zanahoria Hamburguesa al horno con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan (sin gluten)	7 Espaguetis a la napolitana Filete de merluza en salsa verde con guisantes salteados Fruta de temporada y pan (sin gluten)	8 Patatas estofadas con verduras Fingers de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (sin gluten)	9 Alubias estofadas con chorizo Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (sin gluten)	10 Arroz con magro Pollo asado con verduritas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 3033/725 GT: 22 GS: 6 HC: 95 AZ: 20 PROT: 35 SAL: 2
13 FESTIVO	14 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria y pimiento) Fruta de temporada y pan (sin gluten)	15 Arroz con salsa de tomate Pollo en salsa con judías salteadas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	16 Garbanzos estofados Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan (sin gluten)	17 Sopa de ave Lomo en salsa con ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 3014/721 GT: 20 GS: 5 HC: 103 AZ: 18 PROT: 37 SAL: 1
20 Arroz con carne (cerdo, judía verde, pimiento, zanahoria, tomate) Fingers de pollo con ensalada de lechuga y remolacha Fruta de temporada y pan (sin gluten)	21 Crema de calabaza Pollo asado al jugo con patatas asadas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	22 Alubias estofadas con verduras Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	23 Sopa de ave Albóndigas en salsa con menestra de verduras salteadas Yogur y pan (sin gluten)	24 Patatas estofadas con verduras Abadejo a la roteña (zanahoria, pimiento, cebolla, tomate) con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 2967/710 GT: 22 GS: 7 HC: 92 AZ: 19 PROT: 33 SAL: 2
27 Lentejas con verduras (zanahoria, pimiento, cebolla, patata) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y pepino Fruta de temporada y pan (sin gluten)	28 Sopa de fideos Jamoncitos de pollo al limón con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	29 Crema de calabacín Estofado de cerdo con judías salteadas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	30 Alubias estofadas con verduras Filete de merluza en salsa verde con ensalada de lechuga y tomate Yogur y pan (sin gluten)	31 Arroz a la napolitana Tortilla francesa al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 2788/667 GT: 20 GS: 5 HC: 92 AZ: 20 PROT: 35 SAL: 1