



MENÚ DE DICIEMBRE - SIN GLUTEN

CURSO 2025/2026

LUNES

1

- Macarrones **sin gluten** integrales con tomate.
- Tortilla de atún.
- Fruta variada.

MARTES

2

- Estofado de arroz con verduras.
- Filetes de pollo a la plancha.
- Fruta variada.

MIÉRCOLES

3

- Crema de zanahorias.
- Albóndigas en salsa de verduras.
- Fruta variada.

JUEVES

4

- Estofado de patatas con costilla.
- Salmón a la plancha con guarnición.
- Fruta variada.

VIERNES

5

- Cocido completo (pollo, ternera, verduras y chorizo). Fideos **sin gluten**.
- Ensalada de tomate.
- Fruta variada.

8

Día de la Inmaculada Concepción

9

- Arroz (tomate opcional).
- Tortilla de jamón cocido con ensalada.
- Fruta variada.

10

- Estofado de alubias con verduras.
- Lomo adobado a la plancha con ensalada de tomate.
- Fruta variada.

11

- Menestra de verduras.
- Bacalao a la dorada.
- Fruta variada.

12

- Ensalada de pasta integral **sin gluten**.
- Pollo empanado y ensalada de tomate.
- Fruta variada.

15

- Arroz con migas de bacalao.
- Hamburguesas a la plancha con ensalada.
- Fruta variada.

16

- Estofado de lentejas con verduras.
- Tortilla de atún con guarnición.
- Fruta variada.

17

- Crema de calabaza.
- Pollo en salsa con verduras.
- Fruta variada.

18

- Estofado de patatas y guisantes.
- Merluza a la plancha con guarnición.
- Fruta variada.

19

- Espaguetis **sin gluten** con tomate y carne picada.
- Rabas de calamar a la plancha con ensalada.
- Fruta variada.

22

- Arroz a la cubana.
- Huevo frito o tortilla francesa con menestra de verduras.
- Fruta variada.

