



MENÚ OCTUBRE.SIN GLUTEN

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			1 Estofado de patatas con pollo y verduras. Rabas de calamar. Fruta variada.	2 Espaguetis integrales sin gluten con tomate. Lomo adobado con menestra. Fruta variada.
5 Arroz con choco. Hamburguesa de pollo a la plancha con lechuga. Fruta variada.	6 Cocido extremeño (pollo, chorizo, ternera, etc). Fideos sin gluten. Ensalada de tomate. Fruta variada.	7 Estofado de patatas con carne y verduras. Merluza a la plancha con ensalada. Fruta variada.	8 Macarrones integrales sin gluten con tomate. Filetes de pollo a la plancha con menestra. Fruta variada.	9 Crema de calabaza. Tortilla de atún con guarnición. Fruta variada.
12 Día de la Fiesta Nacional de España	13 Arroz con tomate. Tortilla de jamón york y menestra. Fruta variada.	14 Estofado de alubias. Empanadillas de bonito y ensalada de tomate. Fruta variada.	15 Crema de zanahorias. Salmón a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta variada.	16 Sopas de cocido. Fideos sin gluten. Filetes de pollo empanado con guarnición. Fruta variada.
19 Pasta de verduras sin gluten con tomate. Filetes de lomo adobado con guarnición Fruta variada.	20 Estofado de lentejas. Rabas de calamar con ensalada. Fruta variada.	21 Estofado de patatas con verduras. Merluza al horno con ensalada. Fruta variada.	22 Puré de verduras. Tortilla de atún con guisantes rehogados. Fruta variada.	23 Arroz con choco. Hamburguesa de pollo a la plancha con menestra. Fruta variada.
26 Estofado de patatas con carne. Albóndigas con guarnición. Fruta variada.	27 Espaguetis integrales sin gluten con tomate. Pollo en salsa. Fruta variada.	28 Crema de calabaza. Salmón a la plancha con ensalada de lechuga. Fruta variada.	29 Cocido extremeño (pollo, chorizo, ternera, etc). Fideos sin gluten. Ensalada de tomate. Fruta variada.	30 Arroz con verduras. Empanadillas de bonito y menestra. Fruta variada.

CURSO 2026/2027