

MENÚ COLEGIOS SIN GLUTEN SEPTIEMBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8 Judías c/ huevo 3 Pasta sin gluten boloñesa Yogur 7	9 Ensalada (lechuga, tomate, maíz, zanahoria, tacos de jamón) Merluza plancha c/ patatas 4 Fruta	10 Crema de brócoli Lomo al horno c/ arroz Fruta	11 Guisantes c/ jamón Hamburguesa de pollo c/ pasta sin gluten y orégano 3 Yogur 7	12 Ensalada de alubias, arroz y surimi 2-3-4-6-12 Caldereta de pescado c/ mejillones, almejas y verduras 4-12 Fruta
15 Crema de verduras Pollo plancha c/ arroz Fruta	16 Pasta sin gluten c/ queso 7 Pescado plancha c/ lechuga, tomate y zanahoria 4 Yogur 7	17 Judías rehogadas Tortilla c/ ensalada mixta 3 Fruta	18 Ensalada de garbanzos c/ pimiento, cebolla y palitos de cangrejo 2-3-4-6-12 Merluza plancha c/ patatas 4 Yogur 7	19 Sopa de verduras (pasta sin gluten) Paella de carne y marisco 2-12 Fruta
22 Crema de zanahorias Merluza plancha c/ patatas 4 Yogur 7	23 Pasta sin gluten c/ maíz, olivas y zanahoria Filete de lomo c/ verduras Fruta	24 Alubias vegetales Pollo al horno c/ lechuga, tomate y cebolla Yogur 7	25 Crema de zanahoria Guiso de abadejo c/ verduras y patata 4 Fruta	26 Judías c/ huevo 3 Pavo asado c/ pasta sin gluten salteada Fruta
29 Crema de brócoli Carne c/ patatas y verduras Fruta	30 Ensalada (lechuga, tomate, soja, maíz) 6 Pasta sin gluten c/ atún y tomate 4 Yogur 7			



CONTIENE
GLUTEN



CRUSTÁCEOS



HUEVOS



PESCADO



CACAHUETES



SOJA



LACTEOS



FRUTOS
DE CÁSCARA



APIO



MOSTAZA



GRANOS
DE SÉSAMO



MOLUSCO



ALTRAMUCES



SULFITOS

Leyenda: 1 gluten; 2 crustáceos; 3 huevo; 4 pescado; 5 cacahuetes; 6 soja; 7 lácteos; 8 frutos con cáscara; 9 apio; 10 mostaza; 11 sésamo; 12 molusco; 13 altramuces; 14 sulfitos