

MENÚ SIN GLUTEN COLEGIOS ENERO 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			8 Crema de calabaza Pasta sin gluten c/ atún 4 Yogur 7	9 Caldo gallego Tortilla c/ ensalada mixta 3 Fruta
12 Sopa de pasta sin gluten Merluza al horno c/ patatas 4 Yogur 7	13 Judías c/ jamón Carne c/ pasta sin gluten, guisantes y pimiento Fruta	14 Crema de brócoli y puerro Milanesa de lomo c/ arroz 3 Yogur 7	15 Garbanzos vegetales Pescado plancha c/ patatas 4 Fruta	16 Crema de verduras Hamburguesa de pollo c/ pasta sin gluten 3 Fruta
19 Sopa de pasta sin gluten Estofado de pavo c/ verduritas y patata Fruta	20 Crema de zanahoria Paella mixta 2-12 Yogur 7	21 Patatas a la riojana Merluza romana c/ ensalada mixta 3-4 Fruta	22 Crema de calabacín Raxo de pollo c/ pasta sin gluten y verduras Yogur 7	23 Alubias vegetales Palometa al horno c/ patatas 4 Flan de vainilla 7
26 Judías c/ huevo 3 Pechuga de pollo plancha c/ arroz Fruta	27 Sopa de cocido (pasta sin gluten) Lomo asado c/ menestra de verduras Yogur 7	28 Crema de zanahoria Pasta sin gluten boloñesa Fruta	29 Garbanzos vegetales Merluza romana c/ patatas 3-4 Yogur 7	30 Crema de verduras Pollo estofado c/ ensalada mixta Fruta



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