

Menú ESCOLAR SIN GLUTEN, mes de abril de 2026

La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen para aliñar.
Los menús van acompañados de agua.

Las frutas del mes son: mandarina, manzana, naranja, pera, plátano

Los yogures se sirven, a petición del centro, naturales o de sabores, con azúcar o sin azúcar. Los yogures con azúcar tienen máximo 12,3g/ 100ml.

1	2	3
PASTA sin gluten A LA CARBONARA		
MERLUZA AL HORNO CON PICADA		
ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS (iceberg, tomate, zanahoria rallada)		
FRUTA DE TEMPORADA		
Sugerencia de cena:		
Tacos caseros variados / Fruta		
6	7	8
9	10	

Vacaciones

13	14	15	16	17
CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRE (lentejas)	PAELLA DE CARNE Y VERDURAS	PASTA sin gluten A LA NAPOLITANA	POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS	SOPA DE CALDO DE AVE c/ PASTA sin gluten
NUGETS CASEROS DE POLLO sin gluten	PALOMETA AL HORNO CON PICADA	MUSLITO DE POLLO ASADO	HOKI CON ENHARINADO CASERO sin gluten	TORTILLA A LA FRANCESA CON QUESO
ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)	ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS (iceberg, tomate, zanahoria rallada)	PATATAS ASADAS	ARROZ CON PIMIENTOS	ENSALADA VARIADA CON ATÚN (iceberg, brotes tiernos, zanahoria rallada)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:
Hervido de patata y verduras con huevo / Fruta	Espirales de legumbre con verduras y comino / Fruta	Sopa de pasta y tortilla a la francesa con ensalada / Fruta	Ensalada y buñuelos de patata y queso / Fruta	Pa amb oli / Fruta
20	21	22	23	24
CREMA DE VERDURAS Y LEGUMBRE (alubias)	SOPA DE CALDO DE AVE c/ PASTA sin gluten	PASTA sin gluten GRATINADA	ARROZ INTEGRAL CON SALSA DE TOMATE	CREMA DE VERDURAS
FRIT DE POLLO	TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	ABADEJO CON EMPANADO CASERO sin gluten	LOMO ASADO
PATATA Y VERDURAS	ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)	MENESTRA DE VERDURAS	ENSALADA VARIADA CON PIPAS (iceberg, brotes tiernos, zanahoria rallada)	ENSALADA VARIADA CON ACEITUNAS (iceberg, tomate, zanahoria rallada)
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:
Ensalada y huevos rotos con patatas / Fruta	Salteado de verduras con arroz y pavo troceado / Fruta	Ensalada y hamburguesa de garbanzos con pan tostado / Fruta	Sopa de pasta y merluza con zanahoria y tomate / Fruta	Brócoli y patata al vapor con salmón a la plancha / Fruta
27	28	29	30	
SOPA DE CALDO DE AVE c/ PASTA sin gluten	ENSALADA VARIADA CON ATÚN Y ACEITUNAS	POTAJE DE GARBANZOS CON VERDURAS	"ARRÒS BRUT"	
PALOMETA AL HORNO CON PICADA	GUISO DE ALBÓNDIGAS CASERAS (magro de cerdo y babilla de ternera)	POLLO AL CURRY	HOKI AL HORNO CON PICADA	
ENSALADA VARIADA CON MAÍZ (iceberg, tomate, zanahoria rallada)	VERDURAS (ajo, cebolla, zanahoria, guisantes, tomate) Y PATATA	ARROZ BLANCO SALTEADO	ENSALADA VARIADA CON ATÚN (iceberg, brotes tiernos, zanahoria rallada)	
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	
Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	Sugerencia de cena:	
Sopa de pasta y tortilla con ensalada / Fruta	Espirales de legumbre con verduras y comino / Fruta	Calamar con cebolla, calabacín y patata / Fruta	Ensalada y huevos rotos con patatas / Fruta	

Si necesita información de los alérgenos contenidos en el menú, contacte con cocinadosbenjamin@hotmail.com

Pan, Pasta, Harinas, Bases de Pizza, Especias, Legumbre, Precocinados, Embutidos, Procesados de carne: Sin Gluten.