

Menú SIN GLUTEN

septiembre de 2026

Los menús van acompañados de agua.

La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen para aliñar. La sal es yodada (Art. 4 RD 315/2025)

El yogur es natural sin azúcar añadido (Art. 9 RD 315/2025) Si el centro declina la oferta del yogur sin azúcar, se ofrecerá fruta.

Las frutas del mes son: manzana, melón, pera, plátano, sandía.

			10	11
			Pasta especial sin gluten a la Napolitana	Paella de Carne y Verduras
			Pollo asado con Limón y Romero	Tortilla a la Francesa con Jamón (3,6,7)
			Ensalada Variada con Atún (4)	Ensalada Variada con Aceitunas
			Fruta de Temporada	Fruta de Temporada
			Sugerencia de cena: Merluza rebozada con verduras y patata / Fruta	Sugerencia de cena: Tortillas mexicanas de pollo y verduras / Fruta
14	15	16	17	18
Crema de Zanahoria	Ensalada Variada con Pollo rebozado sin gluten	Sopa de Caldo de Ave c/ Pasta especial sin gluten	Crema de Calabaza	Arroz de Pescado (2,4,14)
Lomo al horno	Potaje de Garbanzos con Verduras y Pasta especial sin gluten	Pavo al Curry	Merluza al horno con Salsa de Tomate (4)	Tortilla a la Francesa con Queso (3,7)
Patata asada y Ensalada Variada con Queso (7)		Champiñones y Arroz cocido	Cebolla y Patata panadera	Ensalada Variada con Maíz
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)
Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla de patata / Fruta	Sugerencia de cena: Pastel de merluza con verduras y patata / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y croquetas de garbanzos / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada de lentejas y quínoa / Fruta	Sugerencia de cena: Salmón al horno con verduras y patata / Fruta
21	22	23	24	25
Pasta especial sin gluten a la Carbonara (6,7)	Crema de Verduras	Potaje de Judías con Verduras	Arroz a la Milanesa (6,7,12)	Crema de Calabacín
Abadejo al horno (4)	Estofado de Pollo	Hamburguesa de Carne mixta al horno	Tortilla de Patata y Cebolla (3)	Albóndigas de Soja texturizada (6)
Ensalada Variada con Aceitunas	Patata y Verduras (cebolla, zanahoria, tomate)	Ensalada variada y Patata asada	Ensalada Variada con Maíz	Patata y Verduras
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada
Sugerencia de cena: Pastel de verduras con patata / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y merluza a la plancha con arroz / Fruta	Sugerencia de cena: Calamar con cebolla y pan / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y pizza / Fruta
28	29	30		
Ensalada Variada con Pollo rebozado sin gluten	Crema de Zanahoria	Arroz con Salsa Pomodoro		
Estofado de Garbanzos con Verduras y Arroz (1)	Pechuga de Pollo a la plancha	Salmón a la plancha (4)		
	Patatas asadas	Ensalada Variada con Aceitunas		
Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada		
Sugerencia de cena: Lomo con cuscús y verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla de patata / Fruta	Sugerencia de cena: Espirales de legumbre al curry / Fruta		

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos Secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos

Menú SENSE GLUTEN

setembre de 2026

El menú s'acompanyen d'aigua.

La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i oli d'oliva verjo per trempar. La sal és iodada (Art. 4 RD 315/2025)
El iogurt natural ha de ser sense sucre afegit (Art. 9 RD 315/2025) Si el centre declina l'oferta del iogurt sense sucre, s'oferirà fruita.
Les fruites del mes són: poma, meló, pera, plàtan, síndria.

			10	11
			Pasta especial sense gluten a la Napolitana Polastre rostit amb Llimona i Romaní Ensalada Variada amb Tonyina (4) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Lluç arrebosat amb verdures i patata / Fruita	Paella de Carn i Verdures Truita a la Francesa amb Pernil (3,7) Ensalada Variada amb Olives Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Tortillas mexicanes de pollastre i verdures / Fruita
14	15	16	17	18
Crema de Pastanaga Llom al forn Patata rostida i Ensalada Variada amb Formatge (7) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata / Fruita	Ensalada variada amb Pollastre arrebossat sense gluten Cuinat de Ciurons amb Verdures i Pasta especial sense gluten Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Pastís de lluç amb verdures i patata / Fruita	Sopa de Brou d'Au amb Pasta especial sense gluten Indiot al Curry Xampinyons i Arròs bullit Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i croquetes de ciurons / Fruita	Crema de Carabassa Lluç al forn amb Salsa de Tomàtiga (4) Cebolla y Patata panadera Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada de ciurons i quínoa / Fruita	Arròs de Peix (2,4,14) Truita a la Francesa amb Formatge (3,7) Ensalada Variada amb Blat de les Índies Iogurt Natural (7) Suggeriment de sopar: Salmó al forn amb verdures i patata / Fruita
21	22	23	24	25
Pasta especial sense gluten a la Carbonara (6,7) Abadejo al forn (4) Ensalada Variada amb Olives Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Pastís de verdures amb patata / Fruita	Crema de Verdures Aguiat de Pollastre Patata i Verdures (ceba, pastanaga, tomàtiga) Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	Cuinat de Mongetes amb Verdures Hamburguesa de Carn mixta al forn Ensalada variada i Patata rostida Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Calamar amb ceba i pa / Fruita	Arròs a la Milanesa Truita de Patata i Ceba (3) Ensalada Variada amb Blat de les Índies Iogurt Natural (7) Suggeriment de sopar: Espirals de llegums amb verdures / Fruita	Crema de Carabassí Pilotes de Soja texturitzada (6) Patata i Verdures Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i pizza / Fruita
28	29	30		
Ensalada variada amb Pollastre arrebossat sense gluten Cuinat de Ciurons amb Verdures i Arròs Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Llom amb cuscús i verdures / Fruita	Crema de Pastanaga Pitera de Pollastre a la planxa Patates rostides Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Ensalada i truita de patata / Fruita	Arròs amb Salsa Pomodoro Salmó a la planxa (4) Ensalada Variada amb Olives Fruita de Temporada Suggeriment de sopar: Espirals de llegum al curri / Fruita		

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soja 7: Llet 8: Fruta Seca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: TRamussos 14: Mol·luscos