

DIETA NO GLUTEN, LÁCTEO, OTRAS

COLEGIO NTRA. SRA. DEL BUEN CONSEJO

Septiembre 2024.



NO GLUTEN, LÁCTEOS, AZÚCARES,
ALIMENTOS PROCESADOS,
CONSERVANTES Y COLORANTES

LUNES 09-SEP.
CREMA DE CALABAZA
PAELLA VALENCIANA
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES 10-SEP.
POTAJE DE TEMPORADA
ATÚN AL HORNO
PAPAS GUIADAS
YOGUR DE SOJA

MIÉRCOLES 11-SEP.
SOPA DE FIDEOS
ROPAVIEJA MIXTA
FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES 12-SEP.
SOPA DE PESCADO
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
GUISANTES, HABICHUELAS Y ZANAHORIAS
FRUTA Ó YOGUR DE SOJA

13-SEP.
POTAJE DE LENTEJAS
FRITOS DE BONITO S/GLUTEN
ENSALADA FRESCA
FRUTA Ó YOGUR DE SOJA

LUNES 16-SEP.
SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO S/GLUTEN
LOMITOS DE MERLUZA CON MOJO CILANTRO
PANACHÉ DE VERDURAS
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES 17-SEP.
POTAJE DE JUDIAS PINTAS
ALBÓNDIGAS N. ESTOFADAS
PAPAS A CUADROS
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES 18-SEP.
SOPA DE PESCADO CON FIDEOS S/GLUTEN
CROQUETAS DE PESCADO S/GL.
ENSALADA
FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES 19-SEP.
POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS
CINTA DE CERDO AL HORNO
ARROZ PILAW
FRUTA Ó YOGUR DE SOJA

VIERNES 20-SEP.
CREMA DE CALABAZA Y BUBANGO
ATÚN EN SU JUGO
SANFAINA
FRUTA Ó YOGUR DE SOJA

LUNES 23-SEP.
LENTEJAS COMPUESTAS
ARROZ BLANCO
HUEVO DURO
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES 24-SEP.
PURÉ DE ESPINACAS Y CALABACÍN
MERLUZA REBOZADA S/GLUTEN AL HORNO
MENESTRA DE VERDURAS EN SALSA
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES 25-SEP.
CREMA DE VERDURAS
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS
FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES 26-SEP. VIAJES CON SABOR LAS ISLAS
CALDO DE PAPAS Y CILANTRO
SANCOCHO
YOGUR DE SOJA

VIERNES 27-SEP.
POTAJE DE ZANAHORIA Y HOJAS VERDES
PASTA S/GLUTEN A LA BOLOÑESA
FRUTA DE TEMPORADA

LUNES 30-SEP.
PURÉ DE CALABACÍN
PASTA S/GLUTEN A LA GENOVESA
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES 01-OCT.
POTAJE DE OTOÑO
FOGONERO EN SALSA AMERICANA
PAPAS DORADAS
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES 02-OCT.
MACARRONES S/GLUTEN CON TOMATE
RABAS DE CALAMAR S/GL.
FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES 03-OCT.
POTAJE DE GARBANZOS
NUGGETS DE POLLO S/GL.
ENSALADA DIVERTIDA
FRUTA DE TEMPORADA

VIERNES 04-OCT.
SOPA DE FIDEOS S/GLUTEN
FILO DE TERNERA EN SALSA
VERDURAS DE LA HUERTA
HELADO NO LÁCTEO

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú Basal la podrán obtener a través de su Centro Educativo. . En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del Consejo Europeo y del R.D. 126/2015

