

MENÚ BASAL-SIN GLUTEN

SEMANA 1

LUNES

CO: ENSALADA DE TOMATE CON QUESO LENTEJAS CON BACÓN
CE: ESPINACAS A LA CATALANA SALCHICHAS AL HORNO CON PATATAS AL VAPOR

MARTES

CO: SALTEADO DE VERDURAS CON JAMÓN
ABADEJO CON PATATAS CHIPS
CE: CREMA DE CHAMPIÑONES HAMBURGUESA CON TOMATE AL HORNO

MIÉRCOLES

CO: SOPA DE TOMATE MUSLOS DE POLLO CON SALSA MIEL Y MOSTAZA
CE: SOPA DE FIDEOS (S/G)
MERLUZA A LA PLANCHA CON SALTEADO DE VERDURAS

JUEVES

CO: ENSALADA DE GARBANZOS CON PIPIRRANA
CROQUETAS (S/G) DE POLLO CON DADOS DE BERENJENA
CE: CREMA DE PORROS
TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA

VIERNES

CO: ENSALADILLA RUSA
MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA
CE: SALTEADO DE BRÓCOLI
JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO CON PATATAS CHIPS

SÁBADO

CO: ALUBIAS BLANCAS CON BUTIFARRA NEGRA
MUSLOS DE POLLO AL ROMERO
CE: MENESTRA DE VERDURAS
HUEVOS RELLENOS CON ATÚN

DOMINGO

CO: CREMA DE MELÓN CON JAMÓN CROQUETAS (S/G) DE POLLO
CE: SOPA DE FIDEOS (S/G)
PAN (S/G) CON JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO

SEMANA 2

CO: MACARRONES (S/G) CON TOMATE Y BACÓN MUSLOS DE POLLO AL CHILINDRÓN
CE: SOPA DE VERDURAS CON PASTA (S/G)
VENTRESCA DE MERLUZA CON SALSA VERDE Y BERENJENA

CO: GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS
FILETE DE CERDO CON TOMILLO
CE: PANACHÉ DE VERDURAS
TORTILLA FRANCESA DE AJOS TIERNOS CON ENSALADA

CO: ARROZ A LA MARINERA
MERLUZA A LA PLANCHA
CE: SALTEADO DE BRÓCOLI
LACÓN A LA CRIOLLA CON PATATA PANADERA

CO: EMPEDRAT DE ALUBIAS BLANCAS SALCHICHAS DE CERDO AL VINO
CE: CREMA DE VERDURAS
REVUELTO DE HUEVO CON QUESO

CO: ARROZ TRES DELICIAS
MERLUZA A LA GALLEGA CON TOMATE
CE: SOPA DE PICADILLO (S/G)
JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO CON VERDURAS SALTEADAS

CO: ENSALADA MIXTA CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
CE: ENSALADILLA RUSA
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO CON SAMFAINA

CO: BRÓCOLI Y PATATA SALTEADO
TORTILLA FRANCESA
CE: CREMA DE CALABACÍN
MERLUZA A LA DONOSTIARRA CON CHAMPIÑONES SALTEADOS

SEMANA 3

CO: ENSALADA DE TOMATE Y QUESO ESTOFADO DE GARBANZOS CON BACALAO Y HUEVO
CE: SOPA CASTELLANA (S/G)
MERLUZA CON SALSA VERDE, ESPÁRRAGOS Y PURÉ DE PATATA

CO: BRÓCOLI GRATINADO
ESCALOPINES DE TERNERA CON ARROZ SALTEADO
CE: CREMA DE ZANAHORIA
TORTILLA DE PATATA CON PAN (S/G)

CO: ENSALADA DE LENTEJAS CON VINAGRETA DE MIEL
RAPE A LA GRIEGA
CE: SOPA DE FIDEOS (S/G)
SALCHICHAS DE PAVO CON PATATAS AL VAPOR

CO: SALMOREJO (S/G)
ARROZ CON TOMATE, SALCHICHA Y HUEVO
CE: SALTEADO DE JUDÍAS VERDES
LENGUADINA CON VINAGRETA DE CÍTRICOS Y TOMATE AL HORNO

CO: MACARRONES (S/G) CON TOMATE Y CHORIZO
MERLUZA A LA PLANCHA
CE: ENSALADILLA RUSA
WOK DE VERDURAS SALTEADAS CON POLLO

CO: MELÓN CON JAMÓN
HAMBURGUESA DE TERNERA Y GUI SANTES
CE: PANACHÉ DE VERDURAS
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA

CO: PARRILLADA DE VERDURAS
ARROZ NEGRO
CE: SOPA BULLABESA (S/G)
TOSTADA (S/G) CON ESCALIVADA

SEMANA 4

CO: ENSALADILLA RUSA
MUSLOS DE POLLO AL AJO CON CHAMPIÑONES
CE: SOPA DE AVE CON FIDEOS (S/G)
TORTILLA DE PATATA CON SALTEADO DE GUI SANTES

CO: GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS
HAMBURGUESA CON BERENJENA
CE: PANACHÉ DE VERDURAS
JAMÓN YORK Y QUESO FRESCO CON BONIATO

CO: ENSALADA DE ARROZ
MERLUZA A LA PLANCHA
CE: CREMA DE PORROS
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA

CO: CREMA DE MELÓN CON JAMÓN
BUTIFARRA CON ALUBIAS BLANCAS
CE: ACELGAS CON PATATA
MERLUZA AL HORNO CON CALABACÍN SALTEADO

CO: ARROZ CON VERDURAS
CABALLA EN ACEITE DE LIMÓN Y ALCACHOFAS
CE: CREMA DE CHAMPIÑONES
TORTILLA CAMPEROLA CON ENSALADA

CO: ENSALADA CAMPEROLA
CONTRAMUSLO DE POLLO AL CHILINDRÓN
CE: MENESTRA DE VERDURAS
ENSALADA CON QUESO FRESCO

CO: GAZPACHO (S/G)
FRICANDÓ DE TERNERA CON SETAS
CE: SOPA MINISTRONE CON PASTA (S/G)
PAN (S/G) CON TOMATE Y EMBUTIDO

DESAYUNO: CAFÉ/LECHE SEMI/INFUSIÓN. MAGDALENAS (s/g)/TOSTADA (s/g) CON MANTEQUILLA Y MERMELADA o ACEITE Y TOMATE/FRUTA.

MERIENDA: GALLETAS (s/g)/MAGDALENAS (s/g). CAFÉ/LECHE/INFUSIONES. **POSTRE:** FRUTA TEMPORADA/MANZANA AL HORNO/YOGUR.

DE ACUERDO CON EL MODELO ACP SE OFRECE ELECCIÓN LIBRE EN EL DESAYUNO Y LA MERIENDA.

