

Octubre 2025 menu_sin_gluten

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1 .Crema de calabaza .Cinta de lomo adobada con daditos de zanahoria Fruta Natural	2 Sopa de letras pasta sin gluten *Filete de pollo con verduras Yogur natural	3 .Judías blancas con verduras .Filete de merluza a la Gallega Fruta Natural
6 Judías verdes rehogadas con ajito .Roti de pavo con daditos de zanahoria Yogur natural	7 Coditos con salsa de tomate pasta sin gluten .Filete de abadejo en salsa con verduritas Fruta Natural	8 .Crema de zanahoria Ragout de ternera en salsa con patatas Fruta Natural	9 .Arroz con tomate .Filete de merluza en salsa con verduras hervidas Fruta Natural	10 Sopa de letras pasta sin gluten Cocido madrileño sin embutidos Fruta Natural
13 Arroz con verduras *Cinta de lomo adobada a la gallega Fruta de Temporada	14 .Crema Vichy Ragout de ternera en salsa con patatas Fruta Natural	15 Sopa de letras pasta sin gluten *Filete de pollo con verduras Fruta Natural	16 .Judías pintas con verduras Filete de abadejo al horno con daditos de zanahoria Yogur natural	17 .Menestra de verduras con cebolla .Tortilla de patata y calabacín Fruta Natural
20 .Patatas guisadas con verduras *Lomo de sajonia encebollada con calabacín Fruta Natural	21 .Crema de puerro *Filete de abadejo a la italiana con daditos de calabaza Fruta Natural	22 *Guisantes rehogados con cebolla Filete de pollo al horno con patatas Yogur natural	23 Espirales con salsa de tomate pasta sin gluten *Filete de merluza al ajo arriero Fruta Natural	24 Sopa de letras pasta sin gluten Cocido madrileño sin embutidos Fruta Natural
27 Macarrones blancos salteados con verduras pasta sin gluten .Filete de merluza en salsa con tiras de pimientos Fruta Natural	28 .Crema de zanahoria .Magro de cerdo con verduritas y patatas Yogur natural	29 .Arroz con tomate *Abadejo con calabaza Fruta Natural	30 Brocoli al ajillo .Tortilla Española Fruta Natural	31 *Crema de judías verdes Ragout de ternera en salsa con patatas Fruta Natural