

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

	VERDURA DE TEMPORADA												
	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10								
Primeros		Lentejas castellanas	Judías pintas estofadas	Garbanzos hortelanos (12)	Patatas guisadas con costillas								
		Pasta con verduras (1,3,6,10)	Macarrones a la boloñesa (1,3,6,7,12)	Brócoli gratinado (7)	Arroz tres delicias (6)								
Segundos		Espinacas rehogadas	Ensalada César (7)	Ensalada Periñaca (3,4,12)	Ensalada Coleslaw (7)								
		Raxo gallego (12)	Escalope de lomo a la milanesa (1,3,6,7,12)	Chuleta de sajonia	Pollo al ajillo (12)								
		Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)								
Dieta		Filete de pollo a la plancha	Tortilla paisana (3,6)	Ternera al vino tinto (12)	Croquetas caseras (1,3,4,6,7)								
		Espinacas rehogadas	Ensalada mixta (3,4)	Brócoli rehogado	Arroz tres delicias (6)								
Vegetariano		Filete de pollo a la plancha	Tortilla paisana (3,6)	Chuleta de sajonia a la plancha	Pescado a la plancha (4)								
		Espinacas rehogadas	Judías pintas estofadas	Ensalada del cheff	Ensalada Coleslaw (7)								
Celiaco		Tortilla francesa de queso (3,7)	Tortilla paisana (3,6)	Rollitos de primavera (1,3,6,10)	Croquetas vegetarianas (1,3,,6,7)								
		Espinacas rehogadas	Judías pintas estofadas	Brócoli gratinado (7)	Ensalada Coleslaw (7)								
		Filete de pollo a la plancha	Tortilla paisana (3,6)	Chuleta de sajonia	Pollo al ajillo (12)								

Se dispondrá de materias primas sin gluten,(presentes en la lista oficial de FACE) para la elaboración de menús para celíacos.

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

	VERDURA DE TEMPORADA												
	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17								
Primeros	Crema de legumbres (12)	Sopa de picadillo andaluza (1,3,6,10)	Salmorejo (1,3,5,6,7,8,10,11,12)	Potaje de garbanzos (3)	Crema de puerros (7,12)								
	Fideuá con longaniza adobada (1,3,6,10)	Arroz a la marinera (2,4,9,12,14)	Espaguetis al pesto (1,3,4,5,6,7,8,10)	Arroz a la milanesa (3,7)	Pasta carbonara (1,3,6,7,10)								
	Ensalada con vinagreta de miel y mostaza (10)	Lombarda con manzana	Coliflor al ajoarriero	Menestra de verduras	Pipirrana(3,4)								
Segundos	Solomillo a la pimienta (7)	Salchichas al vino (6,12)	Pechuga villarroy (1,3,5,6,7,8,9,10)	Cinta de lomo con pimientos	Pollo troceado con sanfaina								
	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)								
	Empanadillas de atún (1,3,6,7,10)	Huevos fritos con chistorra (3)	Palitos de berenjena a la miel (1)	Croque monsieur (1,3,6,7,10)	Tortilla española guisada (3,12)								
Dieta	Crema de legumbres (12)	Lombarda con manzana	Coliflor al ajoarriero	Menestra de verduras	Crema de puerros (7,12)								
	Pescado a la plancha (4)	Tortilla francesa (3)	Pescado a la plancha (4)	Cinta de lomo con pimientos	Pescado a la plancha (4)								
Vegetariano	Ensalada con vinagreta de miel y mostaza (10)	Lombarda con manzana	Salmorejo (1,3,5,6,7,8,10,11,12)	Menestra de verduras	Crema de puerros (7,12)								
	Empanadillas de pisto (1,3,6,7)	Hamburguesa de legumbres	Palitos de berenjena a la miel (1)	Croquetas de espinacas (1,3,6,7,10)	Tortilla española guisada (3,12)								
Celiaco	Crema de legumbres (12)	Lombarda con manzana	Coliflor al ajoarriero	Menestra de verduras	Crema de puerros (7,12)								
	Pescado a la plancha (4)	Salchichas al vino (6,12)	Pescado a la plancha (4)	Cinta de lomo con pimientos	Tortilla española guisada (3,12)								

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

	VERDURA DE TEMPORADA												
	Lunes 20	Martes 21-JORNADA CANARIA	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24								
Primeros	Lentejas con chorizo	Papas arrugás con mojo (12)	Judías blancas guisadas con verduras	Judías verdes al pimentón	Paella Valenciana (2,4,9,12,14)								
	Patatas marineras (2,4,12,14)	Rancho canario (1,3,6,10,12)	Macarrones a la Boloñesa (1,3,6,7,10,12)	Fideos a la cazuela (1,2,3,4,6,10,14)	Puré de verduras naturales								
Segundos	Ensalada de pasta (1,3,4,6,10)	Ensalada de remolacha con queso, manzana y nueces (5,7,8)	Acelgas con jamón	Gazpacho andaluz (1,3,5,6,7,8,10,12)	Ensalada campera (3,4,12)								
	Berenjena con carne y soja texturizada (6)	Carne fiesta	Trasero de pollo al horno	Hamburguesa con Queso (7)	Alitas de pollo al horno								
	Pescado según mercado (4)	Cazuela de pescado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)								
Dieta	Revuelto de Ajetes(3)	Huevos rellenos canarios (3,4)	Lacón a la gallega	Huevos fritos con chorizo (3)	Pastel Fisherman (1,2,3,4,5,6,7,8,10,11,12,14)								
	Ensalada de pasta (1,3,4,6,10)	Ensalada de remolacha con queso, manzana y nueces (5,7,8)	Acelgas rehogadas	Judías verdes al pimentón	Puré de verduras naturales								
	Revuelto de Ajetes (3)	Huevos rellenos canarios (3,4)	Trasero de pollo al horno	Pescado a la plancha (4)	Alitas de pollo al horno								
Vegetariano	Ensalada de pasta (1,3,6,10)	Ensalada de remolacha con queso, manzana y nueces (5,7,8)	Judías blancas guisadas con verduras	Judías verdes al pimentón	Puré de verduras naturales								
	Revuelto de Ajetes (3)	Huevos rellenos canarios (3) sin atún	Acelgas rehogadas	Huevos fritos con calabacín plancha (3)	Nuggets vegetarianos (1,6)								
Celiaco	Lentejas con chorizo	Papas arrugás con mojo (12)	Acelgas con jamón	Judías verdes al pimentón	Puré de verduras naturales								
	Revuelto de Ajetes (3)	Huevos rellenos canarios (3,4)	Trasero de pollo al horno	Huevos fritos con chorizo (3)	Alitas de pollo al horno								

Se dispondrá de materias primas sin gluten,(presentes en la lista oficial de FACE) para la elaboración de menús para celíacos.

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

		VERDURA DE TEMPORADA												
		Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 1								
Primeros		Salmorejo (1,3,5,6,7,8,10,11,12)	Sopa de picadillo (1,3,6,10)	Garbanzos guisados	Crema hortelana al queso (7)	Alubias con chorizo (1)								
		Fideuá con magro (1,3,6,10,12)	Arroz con costillas	Pasta con atún (1,3,4,6,10)	Brócoli con ajitos	Espaguetis al ajo perejil (1,3,6,10)								
		Ensalada de espinacas frescas	Verduras stir fry	Coliflor gratinada (7)	Papas aliñás (12)	Pipirrana (12)								
Segundos		Tajine de cordero	Muslitos de pollo en pepitoria (3)	Pincho moruno	Pollo asado	Lomo de cerdo a la naranja (1,7,12)								
		Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)	Pescado según mercado (4)								
		Quiche de verduras (3,7)	Longanizas frescas al vino (7)	Huevos villarroy con ensalada de tomate natural (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)	calabacín relleno de pisto (12)	Empanadillas caseras al horno con atún (1,3,4,6,7,10)								
Dieta		Ensalada de espinacas frescas	Verduras stir fry	Ensalada mixta (3,4)	Brócoli con ajitos	Espaguetis al ajo perejil (1,3,6,10)								
		Quiche de verduras (3,7)	Pescado a la plancha (4)	Pincho moruno	Pollo asado	Pescado a la plancha (4)								
Vegetariano		Ensalada de espinacas frescas	Verduras stir fry	Coliflor gratinada (7)	Brócoli con ajitos	Pipirrana (12)								
		Quiche de verduras (3,7)	Huevos fritos con pimiento (3)	Huevos villarroy con ensalada de tomate natural (1,2,3,4,6,7,9,10,12,14)	calabacín relleno de pisto (12)	Espaguetis al ajo perejil (1,3,6,10)								
Celiaco		Ensalada de espinacas frescas	Arroz con costillas	Coliflor gratinada (7)	Brócoli con ajitos	Pipirrana (12)								
		Tajine de cordero	Muslitos de pollo en pepitoria (3)	Pincho moruno	Pollo asado	Pescado a la plancha (4)								

Se dispondrá de materias primas sin gluten,(presentes en la lista oficial de FACE) para la elaboración de menús para celíacos.