



¿Qué vamos a comer hoy?

Colegio Los Tilos SIN GLUTEN

Junio 2017

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

1

2

Crema de calabaza
Albóndigas mixtas con patatas

Sopa de ave con estrellitas (sin gluten)
Filete de merluza al horno con patatas

Fruta de temporada

Helado

5

6

7

8

9

Ensalada de patata, huevo cocido, atún, maíz y aceitunas
Merluza a la plancha con ensalada

Judías verdes rehogadas con patatas
Tortilla de jamón con ensalada con ensalada

Macarrones gratinados con queso (sin gluten)
Filete de pollo al horno con ensalada

Crema de legumbres
Emperador a la plancha con lechuga y maíz

Arroz con salsa de tomate
Chuleta de Sajonia con lechuga y tomate

Fruta de temporada

Helado

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Yogur de sabores

12

13

14

15

16

Lentejas guisadas con verduras
Cinta de lomo fresca con patatas fritas

Espirales tricolor con salsa de tomate (sin gluten)
Filete de lenguado al horno con ensalada

Alubias blancas guisadas con verduras y chorizo
Tortilla de atún con lechuga y tomate

Puré de calabacín
Filete de pollo a la plancha con patatas rostie

Arroz tres delicias (tortilla, jamón y guisantes)
Cazón en adobo con ensalada

Yogur de sabores

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Natillas caseras con galleta (sin gluten)

19

20

21

22

**MENÚ ESPECIAL
FIN DE CURSO**

Lentejas guisadas con verduras
Filete de merluza a la plancha con lechuga y tomate

Crema de calabaza
Filete de pollo al horno con ensalada

Coditos a la carbonara (bacón y nata) (sin gluten)
Lomo a la plancha con ensalada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Fruta de temporada