



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

ENERO 2021 | COLEGIO LOS TILOS – SIN GLUTEN

11	12	13	14	15
Macarrones con atún (sin gluten)	Lentejas con verduras y chorizo	Judías verdes con jamón	Paella (verduras y calamares)	Sopa de cocido (sin gluten)
Filete de pavo a la plancha con ensalada	Tortilla de jamón con lechuga y zanahoria	Filete de pollo al horno con patatas fritas	Filete de perca en salsa con guisantes y zanahoria	Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo, panceta
Natillas	Fruta de temporada	Melocotón en almíbar	Fruta de temporada	Yogur de sabores
18	19	20	21	22
Espaguetis a la carbonara (sin gluten)	Puré de verduras (patata, zanahoria, judías verdes)	Arroz blanco con salsa de tomate	Sopa de picadillo (sin gluten)	Patatas guisadas con verduras y atún
Merluza al horno con ensalada	Hamburguesa con patatas rostie	Salchichas frescas con lechuga y zanahoria	Daditos de atún con pisto y arroz	Escalopines de lomo con patatas
Yogur de sabores	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de sabores	Fruta de temporada
25	26	27	28	29
Fideuá (sin gluten) (calamares y verduras)	Crema de calabacín con queso	Judías blancas con chorizo	Coditos salteados con verduras y pollo (sin gluten)	Sopa de cocido (sin gluten)
Filete de merluza al horno con ensalada	Albóndigas a la jardinera con patatas dado	Tortilla de queso con lechuga y tomate	Cinta de Sajonia con ensalada	Cocido completo: garbanzos, morcillo, chorizo, pollo, panceta
Fruta de temporada	Natillas	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur de sabores