















































































Menú escolar SIN GLUTEN



CEIP. NTRA.SRA. DE LA CANDELARIA BENAGALBON

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
M E N Ú 1 M E N Ú 2 M E N Ú 3 M E N Ú 4	<p>Lentejas con verduras. Croquetas <i>sin gluten</i> y ensalada de lechuga, maíz, aceitunas y tomate. Fruta ecológica</p> <p>   </p>	<p>Macarrones <i>sin gluten</i> con tomate frito ecológico carne y queso rallado. Rosada plancha (horno) con ensalada lechuga y tomate. Fruta ecológica.</p> <p>  </p>	<p>Gazpachuelo de patatas con huevos cocidos. Magro de cerdo con tomate frito ecológico. Yogurt</p> <p>   </p>	<p>Cazuela de arroz con marisco. Ensalada de patatas con judías verdes, atún, huevo cocido y aceitunas. Fruta ecológica</p> <p>   </p>	<p>Sopa de puchero con garbanzos, fideos <i>sin gluten</i> y carne de puchero. Nuggets <i>sin gluten</i> y ensalada de maíz, tomate y aceitunas. Fruta ecológica</p> <p>   </p>
	<p>Macarrones <i>sin gluten</i> con atún, tomate frito ecológico y queso rallado. Varitas de pescado <i>sin gluten</i> con ensalada de tomate y maíz. Fruta ecológica.</p> <p>  </p>	<p>Puchero de alubias, con carne de puchero. Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y aceitunas. Fruta ecológica.</p> <p>  </p>	<p>Crema de calabacín con patatas y queso rallado. Albóndigas <i>sin gluten</i> con tomate frito. Yogurt</p> <p>  </p>	<p>Sopa marinera con pescado blanco, mejillones, langostinos y fideos. Revuelto de patatas, calabacín, zanahorias y huevo con ensalada de atún y maíz. Fruta ecológica</p> <p>     </p>	<p>Potaje de garbanzos con puerros, zanahorias y espinacas. Varitas de pescado <i>sin gluten</i> con ensalada de zanahoria rallada, maíz, manzana, pasas y nueces. Fruta ecológica.</p> <p>  </p>
	<p>Arroz chino con huevo cocido, ajo, pimientos verdes, rojos, jamón cocido y tomate frito. Rosada plancha (horno) con ensalada de lechuga, tomate y maíz. Fruta del día</p> <p>    </p>	<p>Lentejas con zanahoria, apio verde, puerros y acelgas. Hamburguesa con ensalada de lechuga, tomate y maíz. Fruta ecológica</p> <p> </p>	<p>Sopa vegetal con garbanzos y fideos <i>sin gluten</i>. Ensaladilla rusa Yogurt</p> <p>    </p>	<p>Cazuela de patatas con verduras, zanahorias, calabacín. Pescado fresco de la bahía frito con harina de garbanzo, con ensalada de lechuga. Fruta ecológica</p> <p>  </p>	<p>Crema de calabaza y zanahorias con queso rallado. Salteado de pasta con tiritas de pollo rehogado con harina de garbanzo. Fruta ecológica.</p> <p> </p>
	<p>Puchero con pasta <i>sin gluten</i> y zanahoria, apio y puerro. Tortilla francesa con atún. Fruta ecológica</p> <p>   </p>	<p>Gazpachuelo con pescado, langostinos y arroz. Pollo en salsa de ajo, cebolla y vino blanco. Fruta ecológica</p> <p>    </p>	<p>Sopa de pescado (emblanco) con patatas, cebolla, tomates, ajo, apio y pimientos. Menestra de verduras con tiritas de lomo de cerdo rehogado con harina de garbanzo. Yogurt</p> <p>   </p>	<p>Crema de verduras, zanahorias, patatas, puerros, apio, calabaza y queso rallado. Pescado fresco de la bahía rehogado con harina de garbanzo, con ensalada de lechuga. Fruta ecológica</p> <p>   </p>	<p>Cazuela de fideos con pintarrojas, langostinos, mejillones y rosada. Pizza <i>sin gluten</i> con ensalada de lechuga rallada y maíz. Fruta ecológica</p> <p>      </p>

Menú escolar SIN GLUTEN

FRUTA ECOLÓGICA SEGÚN TEMPORADA

MANZANAS

PERAS

PLÁTANOS

KIWIS

MANDARINAS

MELÓN

SANDÍA

EL PESCADO DEPENDERÁ DEL QUE HAYA FRESCO DEL DÍA:

- BOQUERONES
- JURELES
- CABALLAS
- SARDINAS

CEIP. NTRA.SRA. DE LA CANDELARIA BENAGALBON

VARIACIONES EN MENÚ DE VERANO.

- SALMOREJO
- GAZPACHO

LOS MENÚS IRÁN ACOMPAÑADOS DE:

- PAN ECOLÓGICO INTEGRAL Y NORMAL.
- PAN SIN GLUTEN PARA CELÍACOS.
- AGUA OSMOTIZADA



Cereales con gluten



Crustáceos



Huevos



Pescado



Cacahuete



Soja



Lácteos



Frutos secos



Apio



Mostaza



Sésamo



Sulfitos



Altramuces



Moluscos

LA MEDIDA DE ALIMENTOS QUE SE LE PONE EN CADA PLATO ES DE **UN CAZO** (APROXIMADAMENTE 150-200 GR)