

MENÚ SIN GLUTEN COLEGIO LA MILAGROSA SALAMANCA OCTUBRE 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			-DÍA 1- E- Coliflor ecológica rehogada con ajito y aceite de oliva *Cinta de lomo fresca en salsa con patata cocida Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 2- Puré de verduras Filete de merluza en salsa de tomate Fruta y pan sin gluten
-DÍA 5- Judías verdes ecológicas con zanahoria baby *Guiso de pavo con patatas al vapor Fruta y pan sin gluten	-DÍA 6- Pasta sin gluten / sin huevo con salsa de tomate *Filete de abadejo en salsa con verduritas Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 7- *Garbanzos estofados con verduras *Tortilla francesa con lechuga y remolacha Fruta y pan sin gluten	-DÍA 8- *Arroz con pollo y calabaza *Salmón a la plancha Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 9- E- Alubias blancas estofadas con verduras ECO *Filete de pollo con patatas cuadro Fruta y pan sin gluten
-DÍA 12- FESTIVO	-DÍA 13- *Patatas guisadas con carne *Filete de bacalao al horno con lechuga y zanahoria Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 14- *Sopa con pasta sin gluten / sin huevo *pollo y ternera cocidos Fruta y pan sin gluten	-DÍA 15- *Pasta sin gluten / sin huevo boloñesa *Filete de merluza en salsa con calabaza asada Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 16- *Puré de guisantes *Tortilla española con lechuga y maíz Fruta y pan sin gluten
-DÍA 19- Crema de calabaza Filete de ternera con tomate y daditos de zanahoria eco Fruta y pan sin gluten	-DÍA 20- *Judías pintas con verduras *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 21- *Pasta sin gluten / sin huevo a la napolitana Pollo asado en su jugo con verduritas Fruta y pan sin gluten	-DÍA 22- *Garbanzos estofados con verduras *Tortilla francesa con jamón york con lechuga y remolacha Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 23- *Arroz con tomate *Filete de merluza en salsa verde con verduras hervidas Fruta y pan sin gluten
-DÍA 26- *Crema de puerro *Pechuga de pollo en salsa con verduras Fruta y pan sin gluten	-DÍA 27- Pasta sin gluten / sin huevo con queso y champiñones *Magro de cerdo con verduritas y patatas Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 28- *Brócoli gratinado con queso *Tortilla española con lechuga y maíz Fruta y pan sin gluten	-DÍA 29- *Judías pintas con verduras *Filete de merluza a la gallega Yogur natural y pan sin gluten	-DÍA 30- *Arroz con verduras Filete de pollo encebollado con lechuga Fruta y pan sin gluten