



Colegios Ramón y Cajal

DIETAS

MENU NO LEGUMBRES



		miércoles, 1 de enero de 2025	jueves, 2 de enero de 2025	viernes, 3 de enero de 2025
		FESTIVO	Pasta sin gluten con chorizo	Arroz pilaf
		FESTIVO	Palometa a la plancha con ensalada de zanahoria	Tortilla francesa con ensalada
		FESTIVO	Fruta	Fruta
lunes, 6 de enero de 2025	martes, 7 de enero de 2025	miércoles, 8 de enero de 2025	jueves, 9 de enero de 2025	viernes, 10 de enero de 2025
FESTIVO	Guiso de bacalao y patatas	Pasta sin gluten a la italiana	Arroz con pisto	Crema de calabacín
FESTIVO	Revuelto de calabacín y cebolla con patatas y ensalada mixta	Lomo al horno con calabacín salteado	Merluza plancha con patatas al limón	Albóndigas en salsa (sin alérgenos)
FESTIVO	Fruta	Fruta/Yogur	Fruta	Fruta
lunes, 13 de enero de 2025	martes, 14 de enero de 2025	miércoles, 15 de enero de 2025	jueves, 16 de enero de 2025	viernes, 17 de enero de 2025
Pasta sin gluten con tomate y queso	Crema de verduras	Crema de calabaza y zanahoria	Sopa de cocido fideos sin gluten	Fideuá de verduras (pasta sin gluten)
Salmón (sin salsa de soja) con verduras	Tortilla de patata con ensalada	Merluza rebozada con harina de maíz con ensalada	Estofado de pollo, patata y zanahoria sin piel	Ragout de cerdo a la jardinera
Fruta	Fruta	Fruta/Yogur	Fruta	Fruta
lunes, 20 de enero de 2025	martes, 21 de enero de 2025	miércoles, 22 de enero de 2025	jueves, 23 de enero de 2025	viernes, 24 de enero de 2025
Arroz con tomate	Sopa de cocido fideos sin gluten	Crema de coliflor y verduras	Pasta sin gluten boloñesa	Crema de verduras
Merluza a la plancha con lechuga y zanahoria	Cocido completo (sin garbanzos)	Aguja plancha con patatas wedges (no comino)	Bacalao al horno con ajo y perejil y puré de patatas	Tortilla de patatas calabacín y cebolla con ensalada
Fruta	Fruta	Fruta, Natillas	Fruta	Fruta
lunes, 27 de enero de 2025	martes, 28 de enero de 2025	miércoles, 29 de enero de 2025	jueves, 30 de enero de 2025	viernes, 31 de enero de 2025
Pasta sin gluten a la italiana	Crema de verduras	Guiso de bacalao y patatas	Arroz con pisto	Crema de verduras
Pescado rebozado (harina de maíz) y ensalada	Alitas cajún con patatas	Tortilla francesa con ensalada	Palometa en salsa de pimientos con calabacín	Magro al ajillo con patatas
Fruta	Fruta	Fruta/Yogur	Fruta	Fruta