



DIETAS RAMON Y CAJAL

Menú mes de FEBRERO'25



NO GLUTEN

Semana 1

lunes, 03 febrero	martes, 04 febrero	miércoles, 05 febrero	jueves, 06 febrero	viernes, 07 febrero
Crema de verduras	Paella de pollo	Garbanzos salteados	Pasta sin gluten boloñesa	Alubias blancas estofadas
Pizza schar margarita sin lactosa	Palometa a la plancha con ensalada de zanahoria	Lomo asado adobado con patatas fritas	Merluza en salsa verde con guisantes	Alitas de pollo adobadas con patatas
Fruta	Fruta	Fruta/Yogur	Fruta	Fruta

Semana 2

lunes, 10 febrero	martes, 11 febrero	miércoles, 12 febrero	jueves, 13 febrero	viernes, 14 febrero
Arroz con tomate	Sopa de cocido fideos sin gluten	Crema de coliflor y verduras	Pasta sin gluten con chorizo	Lentejas estofadas
Salchichas con patatas	Pavo rebozado (harina schar) con ensalada	Aguja plancha con patatas wedges	Bacalao con verduritas	Revuelto de bacon huevo y patatas
Fruta	Fruta	Fruta/Yogur	Fruta	Fruta

Semana 3

lunes, 17 febrero	martes, 18 febrero	miércoles, 19 febrero	jueves, 20 febrero	viernes, 21 febrero
Pasta sin gluten a la italiana	Crema de verduras	Alubias blancas estofadas	Arroz con pisto	Garbanzos estofados
Cinta de lomo (harina schar) con ensalada	Solomillos de pollo en salsa	Tortilla de patatas calabacín y cebolla con ensalada	Merluza al horno con ensalada	Albóndigas (sin alérgenos) en salsa
Fruta	Fruta	Fruta/Yogur	Fruta	Fruta

Semana 4

lunes, 24 febrero	martes, 25 febrero	miércoles, 26 febrero	jueves, 27 febrero	viernes, 28 febrero
Crema de calabaza y zanahoria	Lentejas a la madrileña	Pasta sin gluten con tomate y queso	Sopa de cocido fideos sin gluten	NO LECTIVO
Chickenfinger schar con ensalada	Tortilla de patata con ensalada	Merluza a la mostaza con lechuga	Wrap schar sin gluten de pollo con ensalada	NO LECTIVO
Fruta	Fruta	Fruta, Natillas	Fruta	NO LECTIVO