

Mayo- Celiacos



2025-2026

Viernes

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

1

NO LECTIVO

8

Ensalada completa con huevo cocido
Filetes rusos en salsa barbacoa con patatas panaderas
465kcl, 27Ch, 23Prot, 28Lip

15

NO LECTIVO

22

Ensalada primavera de pasta integral con huevo cocido
Albóndigas jardinera con verduritas al vapor
463kcl, 45Ch, 28Prot, 18Lip

29

Espirales integrales gratinadas con atún
Pechuga de pollo plancha con patatas panaderas
506kcl, 32Ch, 28Prot, 28Lip

4

Macarrones integrales gratinados con verduras
Ragu de pavo con ensalada de tomate
422kcl, 30Ch, 35Prot, 18Lip

11

Ensalada de arroz integral con atún, manzana y huevo
Tortilla francesa de atún con ensalada de tomate
428Kcl, 27Ch, 22Prot, 25 Lip

18

Arroz tres delicias
Hamburguesa vegetariana en salsa con pure de patata
450kcl, 35Ch, 32Prot, 18 Lip

25

Arroz con pollo y verduras
Tortilla de patata con ensalada de lechuga y tomate
439kcl, 44Ch, 24Prot, 24Lip

5

Lentejas estofadas con verduritas
Salmón al vapor en salsa de espinacas con guisantes
528 kcal, 25CH, 38Prot, 30Lip

12

Garbanzos guisados con verduras
Lomos de lenguadina al horno en salsa de verdura con zanahoria baby
448kcl, 30Ch, 46 Prot, 12 Lip

19

Judías blancas estofadas con verduras
Merluza a la andaluza con ensalada de tomate
491kcl, 33Ch, 30Prot, 20 Lip

26

Lentejas guisadas a la burgalesa
Gallo la romana con calabaza asada
469kcl, 47Ch, 24Prot, 11 Lip

6

Paella valenciana de verduras
Ensalada de garbanzos con tomate, zanahoria y huevo duro
466Kcal, 58 Ch, 12 Prot, 19 Lip

13

Crema de calabacín
Espirales gratinadas con boloñesa de lentejas
496kcal, 80Ch, 20 Prot, 10 Lip

20

Guisantes rehogados con beicon
Muslos de pollo encebollados con patatas horno
484kcl, 19Ch, 30Prot, 30 Lip

27

Sopa de ave con estrellas
Ensalada de legumbre con atún y maíz
431Kcal, 24Ch, 28Prot, 22Lip.

7

Crema de verduras frescas
Merluza a la romana con calabacín rehogado
435 kcal. 52 Ch. 25 Prot. 13 Lip.

14

Judías verdes al vapor con jamón
Salmón al horno con calabaza asada
438kcl, 18Ch, 44Prot, 18Lip

21

Crema de zanahorias
Lomos de salmón al horno con calabacín rehogado
478kcl, 32Ch, 45Prot, 15 Lip

28

Crema de verduras frescas
Lomos lenguadina horno en salsa de zanahoria con guisantes
435 kcal. 52 Ch. 25 Prot. 13 Lip

FRUTA DE TEMPORADA (LUNES, MARTES, JUEVES Y VIERNES) Y MIÉRCOLES LÁCTEO.

DOS DÍAS A LA SEMANA SE DARÁ PAN INTEGRAL

TODAS LAS SALSAS, LOS EMPANADOS Y LOS REBOZADOS ESTÁN COCINADOS CON PRODUCTOS ESPECÍFICOS PARA CELIACOS.



May- Celiacs



2025-2026
Friday

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

1

HOLIDAY

4

Wholemeal macaroni gratin with vegetables
Turkey ragu with tomato salad
422kcl, 30Ch, 35Prot, 18Lip

5

Stewed lentils with vegetables
Steamed salmon in spinach sauce with peas
528 kcal, 25Ch, 38Prot, 30Lip

6

Vegetable paella
Chickpea salad with tomato, carrot and boiled egg
466Kcal, 58 Ch, 12 Prot, 19 Lip

7

Fresh vegetables cream soup
Battered hake with sautéed courgettes
435 kcal. 52 Ch. 25 Prot. 13 Lip.

8

Complete salad with boiled egg
Salisbury steaks in barbeque sauce with French fries
465kcl, 27Ch, 23Prot, 28Lip

11

Brown rice salad with tuna, apple and
Tuna omelet with tomato salad
428Kcl, 27Ch, 22Prot, 25 Lip

12

Chickpeas stewed with vegetables
Megrim sole loins in vegetable sauce with baby carrots
448kcl, 30Ch. 46 Prot, 12 Lip

13

Courgette cream soup
Gratinated spirals with lentil bolognes
496kcal, 80Ch, 20 Prot, 10 Lip

14

Steamed green beans with ham
Baked salmon with roasted pumpkin
438kcl, 18Ch, 44Prot, 18Lip

15

HOLIDAY

18

Three Delights Rice
Vegetarian burger in sauce with mashed potatoes
450kcl, 35Ch, 32Prot, 18 Lip

19

Haricot beans and vegetables stew
Battered hake with tomato salad
491kcl, 33Ch, 30Prot, 20 Lip

20

Sautéed peas with bacon
Chicken thighs stewed in onions with baked potatoes
484kcl, 19Ch, 30Prot, 30 Lip

21

Carrot cream
Baked salmon fillets with sautéed courgettes
478kcl, 32Ch, 45Prot, 15 Lip

22

Spring salad of wholemeal pasta with boiled egg
Jardinière style meatballs with steamed vegetables
463kcl, 45Ch, 28Prot, 18Lip

25

Rice with chicken and vegetables
Spanish omelette with lettuce and tomato salad
439kcl, 44Ch, 24Prot, 24Lip

26

Burgos-style lentils stew
Battered megrim sole with roasted pumpkin
469kcl, 47Ch, 24Prot, 11 Lip

27

Poultry soup with pasta stars
Legume salad with tuna and sweet corn
431Kcal, 24Ch, 28Prot, 22Lip.

28

Fresh vegetables cream soup
Megrim sole loins in carrot sauce with peas
435 kcal. 52 Ch. 25 Prot. 13 Lip

29

Wholemeal Pasta and tuna gratin
Grilled chicken breast with roasted potatoes
506kcl, 32Ch, 28Prot, 28Lip

SEASONAL FRUIT (MONDAY, TUESDAY, THURSDAY AND FRIDAY) AND DAIRY WEDNESDAY.

WHOLEMEAL BREAD WILL BE PROVIDED TWO DAYS A WEEK.

ALL SAUCES, BREADED AND BATTERED MEALS ARE COOKED WITH SPECIFIC PRODUCTS FOR CELIACS

