Noviembre 2026

SIN GLUTEN

mawersa ~ 1983 ~

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	3	4	5	6
	JUDIAS VERDES A LA GALLEGA CON PATATA COCIDA	PASTA SIN GLUTEN SOPA DE FIDEOS	ARROZ INTEGRAL CON TOMATE	CREMA DE ALUBIAS, CALABACIN Y PUERROS
	FILETE DE TERNERA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA	COMPLEMENTO DE COCIDO GARBANZOS,CHORIZO,POLLO, REPOLLO, MORCILLO	VENTRESCA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	FILETE DE CONTRAMUSLOS DE POLLO EN SALSA CON GUARNICIÓN DE PATATAS
	YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
9	10	11	12	13
PASTA SIN GLUTEN ESPAGUETIS CON TOMATE	CREMA DE CALABAZA	JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS	ARROZ A LA CAZUELA CON POLLO Y PATATAS	PASTA SIN GLUTEN SOPA DE FIDEOS
PESCADILLA AL HORNO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	ARROZ A LA CUBANA CON HUEVO FRITO	ALBÓNDIGAS NATURALES CON PATATAS A CUADRITOS	MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA	COMPLEMENTO DE COCIDO GARBANZOS,CHORIZO,POLLO, REPOLLO, MORCILLO
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
16	17	18	19	20
ARROZ CON SOJA TEXTURIZADA Y VERDURAS	GARBANZOS AL CALDO CORTO Y ZANAHORIAS	PASTA SIN GLUTEN CON CHORIZO Y SALSA DE TOMATE	CREMA DE BONIATO PUERRO Y ZANAHORIA	MARMITAKO DE ATUN CON PATATAS
TORTILLA FRANCESA CON CUATRO QUESOS RALLADOS Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	LOMO CON PATATAS AL HORNO	GALLINETA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA	FILETE DE TERNERA CON ARROZ INTEGRAL	POLLO ASADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
23	24	25	26	27
ARROZ CAMPESINO CON VERDURAS	EMPEDRADO DE ALUBIAS PINTAS	BROCOLI REHOGADO	PASTA SIN GLUTEN SOPA DE FIDEOS	CREMA DE CALABACIN
MERLUZA CON AJO Y PEREJIL Y ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA	FILETE DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	COMPLEMENTO DE COCIDO GARBANZOS,CHORIZO,POLLO, REPOLLO, MORCILLO	FILETE RUSO NATURAL CON PATATAS
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
30				
PASTA SIN GLUTEN MACARRONES CON SALSA DE TOMATE				
TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA				
YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA TEMPORADA				



Fruta fresca de temporada
(variedad según mercado)