Menú sin gluten/lactosa

Noviembre 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
02/11/2026 **Día festivo**	**03/11/2026** Lentejas estofadas Tortilla francesa Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Lentejas estofadas y ensalada Contiene legumbres, huevo	**04/11/2026** Caldo de pollo Estofado de ternera con patatas y verdura Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Tofu estofado con patatas y verdura Contiene legumbres	**05/11/2026** Crema de verduras Pollo al curry con arroz Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Soja texturizada al curry Contiene legumbres	**06/11/2026** Patatas deluxe Chuleta de aguja a la plancha con cebolla Ensalada buffet Postre especial Contiene legumbres
09/11/2026 **Día no lectivo**	**10/11/2026** Noodles sin gluten con verduras Garbanzos estofados Ensalada buffet Fruta Contiene legumbres, huevo	**11/11/2026** Judías verdes al ajillo Albóndigas de ternera en salsa Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Judías verdes al ajillo Contiene legumbres	**12/11/2026** Patatas a lo pobre Jamoncitos al horno con hierbas Ensalada buffet Fruta Contiene legumbres	**13/11/2026** Arroz al horno Cinta de lomo con pimientos Ensalada buffet Postre especial **Alternativa vegana** Arroz con soja texturizada y verduras Contiene legumbres
16/11/2026 Crema de calabacín Palometa en salsa y zanahoria salteada Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Tofu salteado con zanahoria Contiene legumbres, pescado, crustáceos, moluscos	**17/11/2026** Sopa de cocido sin gluten Cocido completo Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Cocido vegano Contiene legumbres	**18/11/2026** Judías pintas con verduras Tortilla de patata con pimientos asados Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Judías pintas con verduras Contiene legumbres, huevo	**19/11/2026** Arroz con salsa de tomate casera Pollo al ajillo Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Champiñones y tofu al ajillo Contiene legumbres	**20/11/2026** Puré de patatas Salchichas encebolladas Ensalada buffet Postre especial Contiene legumbres
23/11/2026 Pasta sin gluten Merluza al horno Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Garbanzos salteados Contiene legumbres, huevo, pescado, crustáceos, moluscos	**24/11/2026** Vichissoise Wok de ternera Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Lasaña vegetal Contiene legumbres	**25/11/2026** Arroz salteado Lentejas boloñesa Ensalada buffet Fruta Contiene legumbres	**26/11/2026** Coliflor gratinada Pollo estofado con boniato Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Garbanzos estofados con boniato Contiene legumbres	**27/11/2026** Patatas asadas Hamburguesa con brócoli Ensalada buffet Postre especial Contiene legumbres
30/11/2026 Crema de calabaza Gallo al ajillo con tomates asados Ensalada buffet Fruta **Alternativa vegana** Tofu al ajillo Contiene legumbres, pescado, crustáceos, moluscos				

Si por circunstancias del reparto o stock de los proveedores no se puede disponer de algún ingrediente que imposibilite el cocinado, se sustituirá la receta por otra similar.

Tipos de menús:
Omnívoros (comen de todo)
Vegetariano (incluye lácteos y huevo)
Vegano (sin productos de origen animal)

Alergias:

1 Altramuces	4 Crustáceos	7 Huevos	10 Mostaza	13 Soja
2 Apio	5 Frutos secos	8 Lactosa	11 Pescado	14 Sulfitos
3 Cacahuete	6 Gluten	9 Moluscos	12 Sésamo	

CONTIENE GLUTEN · CRUSTÁCEOS · HUEVOS · PESCADO · CACAHUETES · SOJA · LACTEOS

FRUTOS DE CASCARA · APIO · MOSTAZA · GRANOS DE SÉSAMO · MOLUSCO · ALTRAMUCES · SULFITOS

IMPORTANTE: comunicar a Administración el tipo de menú elegido para los alumnos; cualquier cambio debe ser comunicado con la antelación suficiente. Las dietas blandas deben ser comunicadas antes de las 10AM del día que se necesite.
- Sin gluten -Sin lactosa - Dieta blanda (arroz y patata cocida)