

# Menú I. fría TOLEDO. Marzo 2024

Sin Gluten Sin Leche y Derivados - - Colegio Fulgencio Sanchez Cabezudo

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Fruta
4 Crema Hortelana Estofado de Patatas con Ternera  <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Pescado + Fruta	5 Arroz Caldoso de Verduras Tortilla Francesa  Zanahorias al Vapor (guarnición) <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Carne + Fruta	6 <b>Patatas Guisadas con Pollo Merluza al Horno</b>  Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Huevo + Fruta	7 Garbanzos Estofados con Verduras <b>Contramuslo de Pollo al Horno al Ajillo</b>  Ensalada de Lechuga y Tomate <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	8 <b>Macarrones de Maíz con Tomate y Albahaca</b> Palometa al Horno en Salsa de Cebolla y Eneldo Ensalada de Lechuga y Maíz <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta
11 Potaje de Alubias Blancas Tortilla de Patatas con Calabacín  Ensalada de Lechuga y Cebolla <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Carne + Fruta	12 <b>Brócoli Salteado</b> <b>Espaguetis de Maíz Boloñesa</b>  <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Huevo + Fruta	13 Puchero Dados de Atún a la Riojana  Ensalada de Lechuga y Maíz <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Pescado + Fruta	14 Crema de Calabacín Hamburguesa de Ternera a la Plancha con Salsa de Zanahorias Patatas Panaderas al Vapor <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Fruta	15 Arroz al Vapor con Salsa de Tomate Bacalao al Horno en Salsa Verde  Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta
18 Crema de Verduras Estofado de Patatas con Magro de cerdo  <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Arroz + Pescado + Fruta	19 <b>Macarrones de Maíz con Tomate</b> Bagre al Vapor en Salsa de Adobo Ensalada de Lechuga y Zanahoria <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Verdura + Carne + Fruta	20 <b>Crema Vichyssoise</b> Abadejo al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Cebolla <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Patata + Carne + Fruta	21 <b>Garbanzos con Espinacas Sin Comino</b> Jamoncito de Pollo al Horno en Salsa Ensalada de Tomate <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Pasta + Huevo + Fruta	22 Arroz con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz <b>Pan Sin Gluten (30 g.) y Agua</b> Fruta Temporada <b>Cena:</b> Ensalada + Huevo + Fruta
25	26	27	28	29

mediterránea