

CEIP		Menú SIN GLUTEN			mes de febrero de 2026
2	3	4	5	6	
Pasta especial sin gluten Gratinada (7)	Guiso de Alubias blancas con Verduras	"Arroz Brut" (arroz integral)	Crema de Coliflor	Garbanzos salteados con Verduras y Arroz	
Tortilla a la Francesa (3)	Lomo al horno	Merluza con Salsa Marinera (2,4,14)	Pavo a la plancha	Limanda a la plancha (4)	
Ensalada Variada (romana, canónigos, tomate, zanahoria)	Patatas fritas	Ensalada Variada (lechuga, tomate, escarola, zanahoria)	Patata y Verduras (cebolla, tomate, calabaza, zanahoria)	Tomate aliñado con Aceitunas Verdes	
Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	
Suggesteriment de sopar: Garbanzos con verduras y quínoa / Fruta	Suggesteriment de sopar: Sopa con verduras y huevo cocido con Ensalada / Fruta	Suggesteriment de sopar: Espirales de legumbres con champiñones / Fruta	Suggesteriment de sopar: Ensalada variada y Tortilla de patata y cebolla / Fruta	Suggesteriment de sopar: Tortillas mexicanes de pollo y verduras / Fruta	
9	10	11	12	13	
Crema de Zanahoria	Pasta especial sin gluten Aglio e Olio	Crema de Espinacas y Alubias blancas	Puré de Verduras	Arroz integral con Salsa de Tomate	
Muslitos de Pollo al horno	Gallineta a la plancha (4)	Albóndigas de elaboración propia sin gluten	Salmón al horno (4)	Tortilla de Patata (3)	
Ensalada Griega (lechuga, aceitunas negras, orégano, queso tierno) (7)	Tomate aliñado con Orégano	Verduras (cebolla, puerro, tomate, zanahoria) y Patata	Patata hervida	Ensalada Variada (lechuga, escarola, tomate cherry, zanahoria)	
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	
Suggesteriment de sopar: revuelto de huevo con champiñones y tomate / Fruta	Suggesteriment de sopar: Quínoa con verduras y garbanzos / Fruta	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta y Tortilla a la francesa con ensalada / Fruta	Suggesteriment de sopar: Puré de verduras y lomo con boniato / Fruta	Suggesteriment de sopar: Coca de verduras con bacalao / Fruta	
16	17	18	19	20	
Paella de Verduras (guisantes, judía verde) (9)	Puré de Verduras	Crema de Calabaza	Guiso de Garbanzos con Verduras	Sopa de Caldo de Carne con Pasta especial sin gluten	
Merluza a la plancha (4)	Pollo a la plancha	Limanda a la plancha (4)	Pavo con Salsa de Verduras (cebolla, zanahoria)	Tortilla de Patata y Cebolla (3)	
Ensalada Variada (iceberg, zanahoria, maíz)	Tomate aliñado con Albahaca	Ensalada con Brotes (iceberg, escarola, tomate, zanahoria, soja) (6)	Arroz cocido	Brócoli y Zanahoria con Sésamo (11)	
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	
Suggesteriment de sopar: Espirales de legumbre con verduras / Fruta	Suggesteriment de sopar: Sopa de pasta y Tortilla con champiñones / Fruta	Suggesteriment de sopar: Pisto de verduras con queso de cabra y pan / Fruta	Suggesteriment de sopar: Ensalada y salmón a la plancha con quínoa / Fruta	Suggesteriment de sopar: Quesadillas mexicanas variadas / Fruta	
23	24	25	26	27	
Arroz de Pescado (2,4,14) (arroz integral)	Crema de Verduras	Puré de Verduras	Pasta especial sin gluten a la Napolitana		
Pechuga de Pollo a la plancha	Palometa a la plancha (4)	Pavo con Salsa	Tortilla a la Francesa (3)		
Ensalada con Maíz (iceberg, hoja de roble, escarola, tomate)	Brócoli y Zanahoria	Arroz cocido	Ensalada Caprese (tomate, albahaca, queso) (7)		Fiesta escolar unificada
Fruta de Temporada	Yogur Natural (7)	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada		
Suggesteriment de sopar: Garbanzos con verduras y patata / Fruta	Suggesteriment de sopar: Ensalada variada y Tortilla de patata / Fruta	Suggesteriment de sopar: Merluza con patata, brócoli y zanahoria / Fruta	Suggesteriment de sopar: Crema de verduras y quiche variada / Fruta		
1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos Secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos					