



tu compra perfecta



## MENÚ SEMANAL SIN GLUTEN - NIÑOS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
DESAYUNO	Leche , Yogur ciruelas, frutos secos	Zumo de naranja, Queso y jamón cocido S/G	Leche con cacao Cereales S/G tipo arroz inflado	Leche, Huevo revuelto con queso, Plátano	Leche, fiambre de pavo S/G Ensalada de frutas	Zumo de Melocotón, queso, tomates, fruta	Zumo de piña, cereales S/G y naranja
MEDIA MAÑANA	Yogur	Manzana	Yogur	Arándanos	Yogur	Plátano	Yogur
COMIDA	Ensalada de patata y lechuga  Estofado de lentejas, morcilla y chorizo S/G	Espaguetis S/G con tomate y fideos de calamar	Arroz 3 delicias  Merluza rebozada en sésamo y avellanas con mayonesa	Ensalada queso S/G y fruta  Calamares rellenos de picada de carne S/G, arroz	Crema de boniato, judías y calabacín  Albóndigas S/G jardinera	Ensalada queso fresco S/G aguacate, tomate y atún  Paella de calamar, mejillones y almejas	Fussili S/G a la boloñesa  Rape rebozado con aros de cebolla
MERIENDA	Uva	Yogur	Longaniza S/G	Yogur	Pera	Yogur	Manzana
COMIDA	Caldo de pollo con tagliatelle de verduras y pollo	Tortilla de verduras  Brocheta de Rape y allioli	Crema de calabacín y zanahoria  Hamburguesa de ternera con pimientos asados S/G	Guisantes con jamón S/G y patata	Hamburguesa de pollo y verduras con ensalada	Frankfurt S/G con patatas y boniatos	Wok de pollo y brócoli