

# Enero 2026

**Menú SIN GLUTEN**



SIN GLUTEN

**mawersa**  
~ 1983 ~

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

8

9



12

13

14

15

16

JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ZANAHORIAS

PAELLA MIXTA DE VERDURAS

ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS

PASTA SIN GLUTEN MACARRONES CON TOMATE

LENTEJAS A LA HORTELANA

FILETE RUSO CON PATATAS

GALLINETA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA

TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

FILETE DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA

MERLUZA CON GUARNICION DE ARROZ INTEGRAL



YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA

19

20

21

22

23

COLIFLOR AL HORNO

CALDERO DE ARROZ CON POLLO

PASTA SIN GLUTEN SOPA DE FIDEOS

PATATAS A LA CASTELLANA

ALUBIAS PINTAS A LA RIOJANA

HUEVO FRITO CON SALSA DE TOMATE Y PATATAS

CACHELOS DE VENTRESCA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA

COMPLEMENTO DE COCIDO MORCILLO, REPOLLO, GARBANZOS, CHORIZO,POLLO

LENGUADINA CON ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA

LOMO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA

26

27

28

29

30

PASTA SIN GLUTEN  
MACARRONES EN SALSA DE TOMATE CASERA

LENTEJAS GUIADAS CON TOQUE DE QUINOA

CREMA DE CALABAZA Y ZANAHORIAS

GUISO DE ARROZ CON VERDURAS DE LA HUERTA

PUCHERO DE GARBANZOS

MERLUZA DE CON ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA

TORTILLA FRANCESCA CON JAMON YORK Y GUARNICIÓN DE TOMATE ALIÑADO

ALBÓNDIGAS DE TERNERA NATURAL CON PATATAS A CUADRITOS

SUQUET DE PALOMETA



POLLO ASADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE

MANZANA ECOLÓGICA

YOGUR NATURAL SIN AZUCAR - FRUTA DE TEMPORADA

FRUTA DE TEMPORADA

FRUTA DE TEMPORADA

FRUTA DE TEMPORADA