

SIN HUEVO

**solo condimentos permitidos

	LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES	JUEVES / DIJOUS	VIERNES / DIVENDRES
Comida / Dinar	2 Coleslaw Patatas a la riojana*ingredientes permitidos Merluza a la Koskera (ajo,, perejil, AOVE) Yogur	3 Berenjenas asadas Tumbet al horno Lentejas con verduras de temporada P/ECO Fruta	4 Nachos con guacamole Potaje de garbanzos con espinacas Bullit de pollo con patata y ensalada Fruta	5 Brocoli al gratén Pasta sin gluten con *salsa de tomate Abadejo en rebozado en maicena con ensalada (sin huevo) Fruta ECO	6 Humus de zanahoria Paella de verduras Pollo rebozado en maicena sin huevo con patatas asadas Fruta
Comida / Dinar	9 Verduras salteadas Crema de lentejas rojas con tostones integrales(barra integ. tostada) Costillas BBQ con mazorca Fruta	10 Crudités con Hummus Pasta de harina de maíz al pomodoro Tortitas de harina de garbanzos con ensalada Fruta	11 Entrante permitido Arroz caldoso de verduras de temporada (calabaza y setas) Boquerones frescos enharinado sin huevo con ensalada Fruta ECO	12 Tosta de queso crema Sopa sin gluten de pescado (fondo de lonja) Pollo al horno con patatas panaderas Yogur	13 Tomate con AOVE y albahaca Crema de calabaza,zanahoria y puerro Albóndigas con arroz Fruta
Comida / Dinar	16 Brochetas de cherries y queso mozzarella Lentejas a la hortelana Pavo al curry con patata Fruta	17 Entrante permitido Sopa pasta sin gluten con verduras ECO Pollo a l'ast con ensalada Fruta ECO	18 Entrante permitido Pasta sin gluten a la genovesa con soja Hamburguesa permitida con patatas Fruta	19 Pan con tomate y aceite AOVE Crema de guisantes, puerro y menta Tortitas de harina de garbanzos con queso y ensalada Fruta	20 Dip de remolacha casera con tosta integral Arroz de magro y coliflor Bacaladilla en tempura con ensalada verdeSIN HUEVO Yogur
Comida / Dinar	23 Queso fresco con aceite de albahaca Crema de calabacín con aceite de albahaca y tostones integrales Bistec de ternera con ensalada Fruta	24 Aros de cebolla Macarrones integrales con tapenade Merluza a la plancha en salsa mery y bullit Yogur	25 Tosta de verduras gratinadas Sopa de pasta sin gluten caldo vegetal Lentejas con verduras y manzana P/ECO Fruta	26 Palitos de zanahoria con dip de queso Paella de pollo Rabas enharinadas con ensalada(sin huevo) Fruta ECO	27 Humus de berenjena Sopa de cocido (pasta de maíz) Lomo a la plancha con patatas Fruta
Comida / Dinar	30 Entrante permitido Pasta de harina de maíz con salsa de calabaza Abadejo bienmesabe casero con zanahoria vichi(sin huevo) Fruta				

