



# MIRABAL

MENU ENERO

NO GLUTEN



Semana 1

**Lunes 04/01/2021**

Paella de pollo  
Palometa con tomate y patata asada  
Fruta

**Martes 05/01/2021**

Crema de puerro y patata  
Ragout de cerdo con verduras  
Fruta

**Miércoles 06/01/2021**

FESTIVO

**Jueves 07/01/2021**

Fideuá (pasta sin gluten) de carne  
Merluza encebollada con zanahorias baby  
Fruta

**Viernes 08/01/2021**

Alubias blancas estofadas  
Tortilla de patata con ensalada  
Fruta/ Yogur

Semana 2

**Lunes 11/01/2021**

Macarrones (pasta sin gluten) con tomate y verduras  
Lomo plancha, ens. lechuga y zanahoria  
Fruta

**Martes 12/01/2021**

Crema de verduras  
Ternera en salsa, verduras y champiñones  
Fruta

**Miércoles 13/01/2021**

Sopa de cocido con fideos(pasta sin gluten)  
Cocido completo  
Fruta

**Jueves 14/01/2021**

Paella de verduras  
Bacalao con tomate y pimientos  
Fruta

**Viernes 15/01/2021**

Coliflor con salsa napolitana  
Pollo asado con patatas  
Fruta/ Yogur

Semana 3

**Lunes 18/01/2021**

Arroz a la marinera  
Filete de sajonia plancha con lechuga  
Fruta

**Martes 19/01/2021**

Alubias blancas estofadas  
Tortilla de patata con ensalada  
Fruta

**Miércoles 20/01/2021**

Coditos (pasta sin gluten) con boloñesa con queso  
Merluza plancha con ensalada  
Fruta

**Jueves 21/01/2021**

Calabacín a la parmesana  
Ragout de pavo con patatas  
Fruta

**Viernes 22/01/2021**

Crema de calabaza y zanahoria  
bistec de ternera con judías verdes  
Fruta/ Yogur

Semana 4

**Lunes 25/01/2021**

Arroz con tomate y salchichas  
Palometa a la gallega con ensalada  
Fruta

**Martes 26/01/2021**

Patatas con judías verdes salteadas  
Ternera asada con verduritas  
Fruta

**Miércoles 27/01/2021**

Tallarines salteados (pasta sin gluten) con verduras  
Atún encebollado con zanahorias baby  
Fruta

**Jueves 28/01/2021**

Crema de zanahoria y puerro  
Pollo al ajillo con lechuga y cebolla  
Fruta

**Viernes 29/01/2021**

Lentejas estofadas  
Filete de cerdo plancha y calabacín plancha  
Fruta/ Yogur