



Lunes

Martes

Akorri Ikastextea

Enero 2025
Menú Celíaco



Jueves

Viernes

FIESTA

7

1° Patatas guisadas/ Brócoli

2° Guisado de pavo con champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

8

1° Crema de verduras

2° Chuleta de cerdo con pimientos

Postre Yogur Pan integral

Cena Arroz, huevo, fruta

9

1° Garbanzos con espinacas/ Berza

2° Tortilla de patata con lechuga

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, carne, lácteo

10

1° Arroz con verduras/ Coliflor

2° Atún con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

13

1° Macarrones sin gluten con verduras/ Al ajillo

2° Lomo de cerdo asado con verduras

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, pescado, lácteo

14

1° Alubias rojas con acelgas/ Vainas

2° Merluza al horno con verduras

Postre Yogur Pan integral

Cena Puré, carne, lácteo

15

1° Coliflor al horno/ Crema de calabacín

2° Huevos cocidos con tomate

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, pescado, lácteo

16

1° Garbanzos con berza/ Acelgas

2° Pechuga de pollo con lechuga

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

17

1° Brócoli/ Patatas a la riojana

2° Palometa a la riojana

Postre Fruta Pan integral

Cena Pasta, huevo, lácteo

20

1° Puré de verduras/ porrusalda

2° Muslo de pollo asado champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, pescado, lácteo

21

1° Vainas con patatas/ Crema de verduras

2° Guisado de ternera a la jardinera

Postre Fruta Pan integral

Cena Arroz, huevo, lácteo

22

1° Espinacas / Alubias blancas con zanahoria

2° Merluza rebozada con lechuga

Postre Yogur Pan integral

Cena Puré, carne, fruta

23

1° Guisantes/puré de verduras

2° Huevos fritos con patatas

Postre Fruta Pan integral

Cena Legumbre, carne, lácteo

24

1° Arroz integral con verduras/ Menestra de verduras

2° Pescado fresco azul al horno con ensalada * Bajo disponibilidad del mercado

Postre Fruta

Cena Puré, carne, lácteo

27

1° Borraja con jamón

2° Albondigas de ternera con patata hervida y verduras

Postre Fruta Pan integral

Cena Patatas, pescado, lácteo

28

1° Sopa de fideo sin gluten con verdura y pollo

2° Revuelto de champiñones

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, carne, lácteo

29

1° Crema de espinacas/ Coliflor

2° Garbanzos con zanahoria

Postre Fruta Pan integral

Cena Verdura, pescado, lácteo

30

1° Patatas a la riojana/ Vainas con refrito

2° Bacalo rebozado con pimientos

Postre Fruta Pan integral

Cena Puré, huevo, lácteo

31 MENÚ ALEMÁN

1° Ensalada alemana

2° Salchichas sin gluten al horno con puré de patata

Postre Helado sin gluten Pan integral

Cena Verdura, pescado, fruta

