

ALUMNO/A: _____.

CURSO: _____.

CELIACOS

SEPTIEMBRE 2023

	PRIMER PLATO		SEGUNDO PLATO
MARTES	5	Patatas guisadas	Pollo asado con ensalada
MIÉRCOLES	6	Puré de calabaza	Albóndigas con patatas
JUEVES	7	Guisantes con jamón	Filete de ternera con patatas
VIERNES	8	Puchero de garbanzos	Pollo a la plancha con ensalada

LUNES	11	Sopa de arroz	Lomo fresco con patatas
MARTES	12	Patatas con carne	Pollo al ajillo con guarnición
MIÉRCOLES	13	Arroz con pollo	Pescadilla a la plancha con ensalada
JUEVES	14	Crema de verdura	Hamburguesas con kétchup y patatas
VIERNES	15	Lentejas con arroz	Filete a la plancha con patatas

LUNES	19	Crema de calabacín	Pechuga a la plancha con patatas
MARTES	19	Puré de legumbres	Merluza a la plancha con ensalada
MIÉRCOLES	20	Lentejas guisadas	Albóndigas en salsa
JUEVES	21	Puré de zanahoria	Filete de lomo con patatas
VIERNES	22	Garbanzos guisados	Filete de ternera con patatas

LUNES	25	Puré de legumbres	Pollo a la plancha con ensalada
MARTES	26	Crema de verduras	Salmón a la plancha con ensalada
MIÉRCOLES	27	Patatas a la marinera	Ragout de pavo en salsa
JUEVES	28	Judías verdes con tomate	Filete ruso con ensalada
VIERNES	29	Lentejas a la jardinera	Merluza a la plancha con ensalada