

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 CREMA DE VERDURAS SALCHICHA AL HORNO PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	4 ARROZ A LA CUBANA MERLUZA ENCEBOLLADA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	5 VERDURA TRICOLOR ESTOFADO DE LOMO A LA CAZADORA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	6 SOPA DE VERDURAS HUEVOS GRATINADOS PAN (SIN GLUTEN)/ LACTEO	7 LENTEJAS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSAS VERDE PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA
FIESTAS	DEL	PILAR	13 ALUBIAS ESTOFADAS LOMO ADOBADO AL HORNO PAN (SIN GLUTEN)/ LACTEO	14 PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO A LA NAPOLITANA MERLUZA AL HORNO PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA
17 SOPA DE POLLO CASERA CON ARROZ POLLO ASADO CON PATATAS A LO POBRE PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	18 LENTEJAS A LA JARDINERA LOMO AL HORNO PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	19 PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO EN SALSAS BOLOÑESA MERLUZA EN SALSAS DE ZANAHORIA PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	20 JUDÍAS VERDES SALTEADAS PINCHO MORUNO CON ARROZ PAN (SIN GLUTEN)/ LACTEO	21 ALUBIAS GUIADAS TORTILLA DE PATATAS PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA
24 GARBANZOS CON VERDURAS MERLUZA AL HORNO PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	25 ARROZ A LA CUBANA LOMO FRESCO AL PIMENTÓN PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	26 LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS MERLUZA EN SALSAS VERDE PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA	27 CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESA CON PATATAS PAN (SIN GLUTEN)/ LACTEO	28 PASTA SIN GLUTEN NI HUEVO POMODORO PASTEL HORTELANO PAN (SIN GLUTEN)/ FRUTA
NO LECTIVO				

La pirámide de la alimentación saludable

Los expertos en nutrición nos recomiendan un consumo adecuado de todos los grupos de alimentos para una alimentación equilibrada en todas las etapas de la vida.



Ahora ya puedes descargar cada mes los menús escolares de tus hijos:

1. Regístrate en el **ÁREA PADRES** de nuestra página, www.elgustodecrecer.es
2. Accede con los datos de registro utilizados (e-mail y contraseña).



www.elgustodecrecer.es