

**MENÚ SIN GLUTEN  
JUNIO 2025**

**COLEGIOS CASTILLA-LA MANCHA**

| Semana 2-6                                                                                                                | LUNES                     | MARTES                     | MIÉRCOLES                         | JUEVES                   | VIERNES                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------|-----------------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| PRIMEROS                                                                                                                  | SOPA DE LLUVIA            | ARROZ CALDOSO CON VERDURAS | CREMA DE VERDURAS                 | COLIFLOR REHOGADA        | ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS   |
| SEGUNDOS                                                                                                                  | POLLO ASADO               | PESCADO BLANCO AL HORNO    | HUEVOS RELLENOS                   | MAGRA CON TOMATE         | PESCADO BLANCO AL AJILLO    |
| GUARNICIÓN                                                                                                                | PATATA DADO               | ENSALADA                   | ENSALADA                          | ZANAHORIA SALTEADA       | ENSALADA                    |
| POSTRE                                                                                                                    | FRUTA DE TEMPORADA Y PAN  | FRUTA DE TEMPORADA Y PAN   | YOGUR NATURAL Y PAN INTEGRAL      | FRUTA DE TEMPORADA Y PAN | FRUTA DE TEMPORADA Y PAN    |
| Semana 9-13                                                                                                               | LUNES                     | MARTES                     | MIÉRCOLES                         | JUEVES                   | VIERNES                     |
| PRIMEROS                                                                                                                  | CREMA DE CALABACÍN        | ARROZ CON TOMATE           | PASTA (SIN GLUTEN) CON VERDURAS   | GARBANZOS CON CARNE      | LENTEJAS CASTELLANAS        |
| SEGUNDOS                                                                                                                  | TORTILLA DE ATUN          | PESCADO AZUL AL HORNO      | POLLO AL CHILINDRON               | ENSALADILLA              | PESCADO BLANCO EN PAPILLOTE |
| GUARNICIÓN                                                                                                                | ENSALADA                  | ENSALADA                   | CHAMPIÑON AL AJILLO               |                          | VERDURAS ASADAS             |
| POSTRE                                                                                                                    | FRUTA DE TEMPORADA Y PAN  | FRUTA DE TEMPORADA Y PAN   | FRUTA DE TEMPORADA Y PAN INTEGRAL | FRUTA DE TEMPORADA Y PAN | YOGUR Y PAN                 |
| Semana 16-20                                                                                                              | LUNES                     | MARTES                     | MIÉRCOLES                         | JUEVES                   | VIERNES                     |
| PRIMEROS                                                                                                                  | PENDIENTE DE CONFIRMACIÓN |                            | MENÚ ESPECIAL<br>FIN DE CURSO     |                          |                             |
| SEGUNDOS                                                                                                                  |                           |                            |                                   |                          |                             |
| GUARNICIÓN                                                                                                                |                           |                            |                                   |                          |                             |
| POSTRE                                                                                                                    |                           |                            |                                   |                          |                             |
| Semana 23-28                                                                                                              | LUNES                     | MARTES                     | MIÉRCOLES                         | JUEVES                   | VIERNES                     |
| PRIMEROS                                                                                                                  | VACACIONES                |                            |                                   |                          |                             |
| SEGUNDOS                                                                                                                  |                           |                            |                                   |                          |                             |
| GUARNICIÓN                                                                                                                |                           |                            |                                   |                          |                             |
| POSTRE                                                                                                                    |                           |                            |                                   |                          |                             |
| V.N.                                                                                                                      |                           |                            |                                   |                          |                             |
| Propuesta Cenas                                                                                                           |                           |                            |                                   |                          |                             |
| FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA                                                                                              |                           |                            |                                   |                          |                             |
| ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)                                     |                           |                            |                                   |                          |                             |
| REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO |                           |                            |                                   |                          |                             |