EI ALFREDO LOPEZ RES

No azúcar, huevo, gluten, leche y derivados,
marisco, pescado (sí merluza), soja

**Septiembre
2025**

Comida

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1 Festivo	2 Festivo	3 Festivo	4 Festivo	5 Festivo
8 Puré de verdura ecológico Lacón al horno <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	9 <u>Arroz con champiñones</u> Delicias de pavo <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	10 Brócoli rehogado <u>Contramuslo de pollo al ajillo</u> Arroz Fruta de temporada	11 <u>Alubias blancas estofadas - dietas</u> <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada	12 <u>Patatas con calabacín y puerro</u> <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada verde <u>Manzana</u>
15 <u>Macarrones salteados sin gluten</u> Lacón al horno <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	16 <u>Puré de verdura - dietas</u> <u>Contramuslo de pollo al ajillo</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	17 <u>Arroz con calabacín</u> <u>Delicias de pavo</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	18 Judías verdes rehogadas con patatas <u>Lomo fresco a la plancha</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	19 <u>Sopa de verdura con pasta sin gluten</u> <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> <u>Ensalada de lechuga</u> <u>Manzana</u>
22 Crema de calabacín <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	23 <u>Garbanzos estofados - dietas</u> <u>Lomo fresco en salsa de verduras</u> Fruta de temporada	24 <u>Sopa de verdura con pasta sin gluten</u> Ragout de ternera guisado Patatas Fruta de temporada	25 <u>Macarrones salteados sin gluten</u> <u>Lacón al horno</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	26 <u>Ensaladilla rusa dietas</u> <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> <u>Ensalada de lechuga</u> <u>Manzana</u>
29 <u>Lentejas estofadas - dietas</u> <u>Delicias de pavo</u> <u>Ensalada de lechuga</u> Fruta de temporada	30 Crema de calabaza Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada			