

# MENÚ

## FESTIVO

### CELIACOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
COMIDA	<p>Ensalada mézclum con manzana, semillas y vinagreta de frutos rojos</p> <p>Burgers de garbanzos y puerro* (harina de garbanzos)</p>	<p>Crema de calabacín con quinoa*</p> <p>Conejo con limón, ajo y tomillo</p>	<p>Gratén de coliflor en salsa de tomate*</p> <p>Lentejas con alcachofas*</p>	<p>Cazuela de verduras con mijo*</p> <p>Papillote de merluza</p>	<p>Crema de espárragos verdes</p> <p>Pollo relleno con patatas al horno</p>	<p>Ensalada de brotes, lenteja roja, queso feta, naranja y granada</p>	<p>Bastones de verduras con paté de berenjena</p> <p>Redondo de ternera en salsa de ciruelas</p>
CENA	<p>Bacalao gratinado con patatas, tomate, cebolla y alioli</p>	<p>Cóctel de langostinos</p> <p>Menestra de verduras con huevo duro</p>	<p>Sopa de miso con tofu y verduras*</p>	<p>Rollitos de calabacín con salmón ahumado y queso con guarnición de arroz basmati</p>	<p>Dados de boniato, calabacín y berenjena con huevos al horno</p>	<p>Escudella completa (pasta tipo galet sin gluten, verduras y carne de ternera y cerdo)</p>	<p>Crema de calabaza y coco al curri* con picatostes sin gluten</p> <p>Salmón a la naranja</p>

\*Recetas web

### DESAYUNOS

Pannacotta\* y chocolate casero (leche con cacao puro)  
 Pan de trigo sarraceno con boniato, kale y aguacate\*  
 Tostadas francesas sin gluten con fruta y canela  
 Tostadas de pan sin gluten con higos, queso brie y miel

### MERIENDAS

Cúrcuma latte con rosquillas de manzana\*  
 Granola sin cereales\* con yogur griego  
 Castañas asadas  
 Fruta de temporada con frutos secos

veritas

Menú por Amancay Ortega, dietista-nutricionista.