RETAMAR

60 ANIVERSARIO

Menú Celíacos

Celíacos

Octubre de 2026

Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 1	Viernes 2
			SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Patatas con bacalao Revuelto de bacon Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Agua, pan s/gluten y yogur natural*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Macarrones napolitana s/gluten Fingers de pollo s/gluten con Ketchup Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 5	**Martes 6**	**Miércoles 7**	**Jueves 8**	**Viernes 9**
SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Fideuá de pollo s/gluten Filete de aguja de cerdo con arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	24 ANIVERSARIO CANONIZACIÓN DE SAN JOSÉ MARÍA Arroz con tomate Huevos fritos Pisto casero Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Sopa de fideos s/gluten Cocido completo Repollo Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Tortiglioni s/gluten a la carbonara Ragout de ternera en salsa Patatas chips Agua, pan s/gluten y fruta*	60 ANIVERSARIO DEL COLEGIO RETAMAR Patatas rancheras Retaburguer clásica s/gluten Agua, pan s/gluten y yogur natural
Lunes 12	**Martes 13**	**Miércoles 14**	**Jueves 15**	**Viernes 16**
FESTIVO Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de verduras Tortilla de calabacín Lechuga, zanahoria y aceituna Agua, pan s/gluten y yogur natural	Brócoli al ajillo con patatas Pollo asado a la barbacoa Tomate y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas guisadas Albóndigas en salsa griega s/gluten Arroz blanco Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con pollo y setas Calamares a la romana s/gluten Lechuga, tomate y zanahoria Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 19	**Martes 20**	**Miércoles 21**	**Jueves 22**	**Viernes 23**
Guisantes con jamón Cinta de lomo en salsa de zanahoria Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz cinco delicias Merluza en salsa verde Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de boniato y calabacín Salchichas de pollo Patatas Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas dos salsas Empanada vegetal Ensalada de tomate Agua, pan s/gluten y fruta*	Espaguetis fiorentina s/gluten Revuelto de jamón york Lechuga maíz y aceitunas Agua, pan s/gluten y yogur natural
Lunes 26	**Martes 27**	**Miércoles 28**	**Jueves 29**	**Viernes 30**
Alubias blancas estofadas Croquetas de pollo Lechuga, remolacha y cebolla Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas guisadas con pollo Bacalao en salsa veronica Agua, pan s/gluten y fruta*	Sopa de cocido con fideos s/gluten Cocido completo Repollo Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con almejas y calamares Huevos duros en salsa de tomate con virutas de jamón Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de calabaza Estofado de ternera a la jardinera Arroz blanco Agua, pan s/gluten y yogur natural

1. Glúten, 2. Leche, 3. Huevo, 4. Pescado, 5. Moluscos, 6. Crustáceos, 7. Frutos de cáscara, 8. Cacahuete, 9. Sésamo, 10. Soja, 11. Altramuz, 12. Mostaza, 13. Apio, 14. Sulfitos, *Fruta de temporada

Recomendador de cenas

PRIMEROS PLATOS

COMIDA	CENA
Pasta / Arroz	Verdura o Legumbres
Legumbres	Verdura o pasta/arroz
Verduras	Legumbres o pasta/arroz

GUARNICIONES

1º PLATO	GUARNICIÓN
Pasta / Arroz	Verduras
Legumbres	Verduras
Verduras	Pasta / Arroz, patata o legumbres

SEGUNDOS PLATOS

COMIDA	CENA
Carne	Pescado, huevo o legumbres
Pescado	Huevo, carne o legumbres
Huevo	Carne, pescado o legumbres
Legumbres	Huevo, carne o pescado

POSTRES

COMIDA	CENA
Lácteos	Fruta
Fruta	Lácteos

RETAMAR

60 ANIVERSARIO

Menú Celíacos

Celíacos, legumbres

Octubre de 2026

Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 1	Viernes 2
			SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Patatas con bacalao Revuelto de bacon Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Agua, pan s/gluten y yogur natural*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Macarrones napolitana s/gluten Fingers de pollo s/gluten con Ketchup Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 5	**Martes 6**	**Miércoles 7**	**Jueves 8**	**Viernes 9**
SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Fideuá de pollo s/gluten Filete de aguja de cerdo con arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	24 ANIVERSARIO CANONIZACIÓN DE SAN JOSÉ MARÍA Arroz con tomate Huevos fritos Pisto casero Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Sopa de fideos s/gluten Carne asada Repollo Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Tortiglioni s/gluten a la carbonara Ragout de ternera en salsa Patatas chips Agua, pan s/gluten y fruta*	60 ANIVERSARIO DEL COLEGIO RETAMAR Patatas rancheras Retaburguer clásica s/gluten Agua, pan s/gluten y yogur natural
Lunes 12	**Martes 13**	**Miércoles 14**	**Jueves 15**	**Viernes 16**
FESTIVO Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de verduras Tortilla de calabacín Lechuga, zanahoria y aceituna Agua, pan s/gluten y yogur natural	Brócoli al ajillo con patatas Pollo asado a la barbacoa Tomate y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas guisadas Albóndigas en salsa griega s/gluten Arroz blanco Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con pollo y setas Calamares a la romana s/gluten Lechuga, tomate y zanahoria Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 19	**Martes 20**	**Miércoles 21**	**Jueves 22**	**Viernes 23**
Salteado de verduras Cinta de lomo en salsa de zanahoria Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz cinco delicias s/guisantes Merluza en salsa Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de boniato y calabacín Salchichas de pollo Patatas Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas dos salsas Sajonia a la plancha Ensalada de tomate Agua, pan s/gluten y fruta*	Espaguetis fiorentina s/gluten Revuelto de jamón york Lechuga maíz y aceitunas Agua, pan s/gluten y yogur natural
Lunes 26	**Martes 27**	**Miércoles 28**	**Jueves 29**	**Viernes 30**
Arroz con tomate Croquetas de pollo Lechuga, remolacha y cebolla Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas guisadas con pollo Bacalao en salsa veronica Agua, pan s/gluten y fruta*	Sopa de cocido con fideos s/gluten Carne asada Repollo Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con almejas y calamares Huevos duros en salsa de tomate con virutas de jamón Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de calabaza Estofado de ternera a la jardinera Arroz blanco Agua, pan s/gluten y yogur natural

1. Glúten, 2. Leche, 3. Huevo, 4. Pescado, 5. Moluscos, 6. Crustáceos, 7. Frutos de cáscara, 8. Cacahuete, 9. Sésamo, 10. Soja, 11. Altramuz, 12. Mostaza, 13. Apio, 14. Sulfitos, *Fruta de temporada

Recomendador de cenas

PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Legumbres o pasta/arroz

GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata

SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado

POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

RETAMAR

60 ANIVERSARIO

Menú Celíacos

Celiaco, PLV

Octubre de 2026

Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 1	Viernes 2
			SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Patatas con bacalao Revuelto de bacon Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Macarrones napolitana s/gluten Fingers de pollo s/gluten con Ketchup Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 5	**Martes 6**	**Miércoles 7**	**Jueves 8**	**Viernes 9**
SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Fideuá de pollo s/gluten Filete de aguja de cerdo con arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	24 ANIVERSARIO CANONIZACIÓN DE SAN JOSÉ MARÍA Arroz con tomate Huevos fritos Pisto casero Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Sopa de fideos s/gluten Cocido completo Repollo Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Tortiglioni s/gluten con bacon Ragout de ternera en salsa Patatas chips Agua, pan s/gluten y fruta*	60 ANIVERSARIO DEL COLEGIO RETAMAR Patatas rancheras bravas Retaburguer clásica s/gluten Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 12	**Martes 13**	**Miércoles 14**	**Jueves 15**	**Viernes 16**
FESTIVO Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de verduras Tortilla de calabacín Lechuga, zanahoria y aceituna Agua, pan s/gluten y fruta*	Brócoli al ajillo con patatas Pollo asado a la barbacoa Tomate y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas guisadas Albóndigas en salsa s/gluten s/leche Arroz blanco Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con pollo y setas Calamares a la romana s/gluten Lechuga, tomate y zanahoria Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 19	**Martes 20**	**Miércoles 21**	**Jueves 22**	**Viernes 23**
Guisantes con jamón Cinta de lomo en salsa de zanahoria Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz cinco delicias Merluza en salsa verde Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de boniato y calabacín Salchichas de pollo Patatas Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas dos salsas s/leche Salteado vegetal Ensalada de tomate Agua, pan s/gluten y fruta*	Espaguetis fiorentina s/gluten s/leche Revuelto de jamón york Lechuga maíz y aceitunas Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 26	**Martes 27**	**Miércoles 28**	**Jueves 29**	**Viernes 30**
Alubias blancas estofadas Pollo asado Lechuga, remolacha y cebolla Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas guisadas con pollo Bacalao en salsa veronica Agua, pan s/gluten y fruta*	Sopa de cocido con fideos s/gluten Cocido completo Repollo Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con almejas y calamares Huevos duros en salsa de tomate con virutas de jamón Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de calabaza Estofado de ternera a la jardinera Arroz blanco Agua, pan s/gluten y fruta*

1. Glúten, 2. Leche, 3. Huevo, 4. Pescado, 5. Moluscos, 6. Crustáceos, 7. Frutos de cáscara, 8. Cacahuete, 9. Sésamo, 10. Soja, 11. Altramuz, 12. Mostaza, 13. Apio, 14. Sulfitos, *Fruta de temporada

Recomendador de cenas

PRIMEROS PLATOS

COMIDA	CENA
Pasta / Arroz	Verdura o Legumbres
Legumbres	Verdura o pasta/arroz
Verduras	Legumbres o pasta/arroz

GUARNICIONES

1º PLATO	GUARNICIÓN
Pasta / Arroz	Verduras
Legumbres	Verduras
Verduras	Pasta / Arroz, patata o legumbres

SEGUNDOS PLATOS

COMIDA	CENA
Carne	Pescado, huevo o legumbres
Pescado	Huevo, carne o legumbres
Huevo	Carne, pescado o legumbres
Legumbres	Huevo, carne o pescado

POSTRES

COMIDA	CENA
Lácteos vegetales	Fruta
Fruta	Lácteos vegetales

RETAMAR

60 ANIVERSARIO

Menú Celíacos

Celiaco, PLV, soja

Octubre de 2026

Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 1	Viernes 2
			SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Patatas con bacalao Revuelto de bacon Ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Macarrones napolitana s/gluten Fingers de pollo s/gluten con Ketchup Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 5	**Martes 6**	**Miércoles 7**	**Jueves 8**	**Viernes 9**
SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Fideuá de pollo s/gluten Filete de aguja de cerdo con arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	24 ANIVERSARIO CANONIZACIÓN DE SAN JOSÉ MARÍA Arroz con tomate Huevos fritos Pisto casero Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Sopa de fideos s/gluten Cocido completo Repollo Agua, pan s/gluten y fruta*	SEMANA DEL 60 ANIVERSARIO Tortiglioni s/gluten con bacon Ragout de ternera en salsa Patatas chips Agua, pan s/gluten y fruta*	60 ANIVERSARIO DEL COLEGIO RETAMAR Patatas rancheras bravas Retaburguer clásica s/gluten Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 12	**Martes 13**	**Miércoles 14**	**Jueves 15**	**Viernes 16**
FESTIVO Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de verduras Tortilla de calabacín Lechuga, zanahoria y aceituna Agua, pan s/gluten y fruta*	Brócoli al ajillo con patatas Pollo asado a la barbacoa Tomate y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas guisadas Albóndigas en salsa griega s/gluten s/leche Arroz blanco Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con pollo y setas Calamares a la romana s/gluten Lechuga, tomate y zanahoria Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 19	**Martes 20**	**Miércoles 21**	**Jueves 22**	**Viernes 23**
Guisantes con jamón Cinta de lomo en salsa de zanahoria Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz cinco delicias Merluza en salsa verde Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de boniato y calabacín Salchichas de pollo Patatas Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas dos salsas s/leche Salteado vegetal Ensalada de tomate Agua, pan s/gluten y fruta*	Espaguetis fiorentina s/gluten s/leche Revuelto de jamón york Lechuga maíz y aceitunas Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 26	**Martes 27**	**Miércoles 28**	**Jueves 29**	**Viernes 30**
Alubias blancas estofadas Pollo asado Lechuga, remolacha y cebolla Agua, pan s/gluten y fruta*	Patatas guisadas con pollo Bacalao en salsa veronica Agua, pan s/gluten y fruta*	Sopa de cocido con fideos s/gluten Cocido completo Repollo Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con almejas y calamares Huevos duros en salsa de tomate con virutas de jamón Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de calabaza Estofado de ternera a la jardinera Arroz blanco Agua, pan s/gluten y fruta*

1. Glúten, 2. Leche, 3. Huevo, 4. Pescado, 5. Moluscos, 6. Crustáceos, 7. Frutos de cáscara, 8. Cacahuete, 9. Sésamo, 10. Soja, 11. Altramuz, 12. Mostaza, 13. Apio, 14. Sulfitos, *Fruta de temporada

Recomendador de cenas

PRIMEROS PLATOS

COMIDA	CENA
Pasta / Arroz	Verdura o Legumbres
Legumbres	Verdura o pasta/arroz
Verduras	Legumbres o pasta/arroz

GUARNICIONES

1º PLATO	GUARNICIÓN
Pasta / Arroz	Verduras
Legumbres	Verduras
Verduras	Pasta / Arroz, patata o legumbres

SEGUNDOS PLATOS

COMIDA	CENA
Carne	Pescado, huevo o legumbres
Pescado	Huevo, carne o legumbres
Huevo	Carne, pescado o legumbres
Legumbres	Huevo, carne o pescado

POSTRES

COMIDA	CENA
Lácteos vegetales	Fruta
Fruta	Lácteos vegetales