

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Crema de zanahoria	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimiento, calabacín, berenjena)	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de cocido con picadillo de huevo
Tortilla de patata y cebolla horno	Salmón a la plancha	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga iceberg	-
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur natural y pan sin gluten
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones s/alérgenos con salsa de tomate	Garbanzos guisados con calabaza	Crema de zanahoria	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro con salsa de tomate	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Natillas de chocolate y pan sin gluten
15	16	17	18	19
Ensalada con pimientos asados y aceitunas	Crema de zanahoria	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos
Albóndigas s/alérgenos con tomate	Tortilla de patata y cebolla horno	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Escalope de pollo empanado s/alérgenos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur natural y pan sin gluten
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Crema de zanahoria	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimiento, calabacín, berenjena)	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave
Tortilla de patata y cebolla horno	Salmón al horno con salsa de limón	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas aliñadas con oliva y orégano	-
Fruta* (excepto alergia) y pan	Fruta* (excepto alergia) y pan integral	Fruta* (excepto alergia) y pan	Fruta* (excepto alergia) y pan integral	Yogur natural y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones s/alérgenos con salsa de tomate	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Arroz con verduras (pisto)
Magro con salsa de tomate	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Garbanzos estofados con patatas	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta* (excepto alergia) y pan	Fruta* (excepto alergia) y pan integral	Fruta* (excepto alergia) y pan	Fruta* (excepto alergia) y pan integral	Natillas de chocolate y pan
15	16	17	18	19
Ensalada campera (patata, tomate, pimiento, atún)	Crema de zanahoria	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos
Albóndigas s/alérgenos con tomate	Tortilla de patata y cebolla horno	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Garbanzos salteados con cebolla y zanahoria	Escalope de pollo empanado s/alérgenos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta* (excepto alergia) y pan	Fruta* (excepto alergia) y pan integral	Fruta* (excepto alergia) y pan	Fruta* (excepto alergia) y pan integral	Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimiento, calabacín, berenjena)	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave
Cinta de lomo a la plancha	Salmón al horno con salsa de limón	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga iceberg	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro con salsa de tomate	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Filete de merluza a la plancha
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Natillas de chocolate y pan
15	16	17	18	19
Ensalada con pimientos asados y aceitunas	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos
Albóndigas s/alérgenos con tomate	Ternera con cebolla guisada	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Fajitas de soja con alubias pintas	Escalope de pollo empanado s/alérgenos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimiento, calabacín, berenjena)	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave
Tortilla de patata y cebolla horno	Salmón al horno con salsa de limón	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga iceberg	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro con salsa de tomate	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Natillas de chocolate y natillas de soja sabor chocolate
15	16	17	18	19
Ensalada con pimientos asados y aceitunas	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos
Albóndigas s/alérgenos con tomate	Tortilla de patata y cebolla horno	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Fajitas de soja con alubias pintas	Escalope de pollo empanado s/alérgenos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.															
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato																
Sin lactosa	Semana 1	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con sofrito casero																
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																
		Martes	Primero	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimie																
			Segundo	Salmón al horno con salsa de limón																
			Guarnición	Tomate aliñado																
		Miércoles	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)																
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas pro																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																
			Segundo	Merluza al horno en piperrada																
			Guarnición	Ensalada de lechuga iceberg																
	Semana 2	Viernes	Primero	Sopa de ave																
			Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera																
			Guarnición	-																
		Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit																
			Segundo	Magro con salsa de tomate																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																
		Martes	Primero	Garbanzos guisados con calabaza																
			Segundo	Caballa en salsa de tomate																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																
		Miércoles	Primero	Salmorejo casero																
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																
	Semana 3	Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria																
			Segundo	Alubias salteadas con ajo y perejil																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																
		Viernes	Primero	Paella de verduritas (guisante, calabacín)																
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate																
		Lunes	Primero	Ensalada con pimientos asados y aceitunas																
			Segundo	Albóndigas s/alérgenos con tomate																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria																
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																
	Semana 4	Miércoles	Primero	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate																
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate																
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala																
			Segundo	Fajitas de soja con alubias pintas																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																
		Viernes	Primero	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos																
			Segundo	Escalope de pollo empanado s/alérgenos																
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo																
		Lunes	Primero	Macarrones en salsa de tomate casera																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega																
	Semana 5	Martes	Primero	Arroz con verduras (pisto)																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria																
		Miércoles	Primero	-																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	-																
		Jueves	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	#¡VALOR!																
		Viernes	Primero	Lunes																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	0																
	Semana 6	Lunes	Primero	Merluza en salsa de tomate casera																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	Fruta fresca y pan																
		Martes	Primero	Jamoncitos de pollo con tomate																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	Fruta fresca y pan																
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro																
			Segundo	Jamoncitos de pollo con tomate																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz																
		Jueves	Primero	Macarrones s/alérgenos con salsa de toma																
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																
	Semana 7	Viernes	Primero	Sopa de ave																
			Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera																
			Guarnición	Patatas bastón																

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimiento, calabacín, berenjena)	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave
Tortilla de patata y cebolla horno	Salmón al horno con salsa de limón	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Garbanzos, patata, col, pollo
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga iceberg	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro con salsa de tomate	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Natillas de chocolate y natillas de soja sabor chocolate
15	16	17	18	19
Ensalada con pimientos asados y aceitunas	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos
Pechuga de pollo horno/plancha	Tortilla de patata y cebolla horno	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Fajitas de soja con alubias pintas	Escalope de pollo empanado s/alérgenos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Dieta					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato		GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin plv (no ternera)	Semana 1	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con sofrito casero															
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno				3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Martes	Primero	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimie															
			Segundo	Salmón al horno con salsa de limón		1			4										
			Guarnición	Tomate aliñado															14
		Miércoles	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)															14
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas pro															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
			Segundo	Merluza al horno en piperrada					4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga iceberg															14
		Viernes	Primero	Sopa de ave															
			Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo															
			Guarnición	-															
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit															
			Segundo	Magro con salsa de tomate															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Martes	Primero	Garbanzos guisados con calabaza															
			Segundo	Caballa en salsa de tomate					4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Miércoles	Primero	Salmorejo casero		1													14
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria															14
			Segundo	Alubias salteadas con ajo y perejil															14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Viernes	Primero	Paella de verduritas (guisante, calabacín)															
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego				3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
	Semana 3	Lunes	Primero	Ensalada con pimientos asados y aceitunas															14
			Segundo	Pechuga de pollo horno/plancha															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria		1													
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno				3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Miércoles	Primero	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate															14
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala															14
			Segundo	Fajitas de soja con alubias pintas															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Viernes	Primero	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos															
			Segundo	Escalope de pollo empanado s/alérgenos															
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo															
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones en salsa de tomate casera		1								9		11			
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega															
		Martes	Primero	Arroz con verduras (pisto)															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Miércoles	Primero	-															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	#¡VALOR!															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	#¡VALOR!															
		Viernes	Primero	Lunes															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	0															
	Semana 5	Lunes	Primero	Merluza en salsa de tomate casera					4										
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Fruta fresca y pan															
		Martes	Primero	Jamoncitos de pollo con tomate															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Fruta fresca y pan															
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro															14
			Segundo	Jamoncitos de pollo con tomate															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Jueves	Primero	Macarrones s/alérgenos con salsa de toma															
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Viernes	Primero	Sopa de ave															
			Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo															
			Guarnición	Patatas bastón															

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de cocido con picadillo de huevo
Tortilla de patata y cebolla horno	Salmón al horno con salsa de limón	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Cocido completo estofado (garbanzo, ternera, pollo, tocino, chorizo)
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas aliñadas con oliva y orégano	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro de cerdo en salsa aromática	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Natillas de chocolate y pan
15	16	17	18	19
Ensalada campera (patata, tomate, pimiento, atún)	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis integrales al pesto
Albóndigas en salsa española	Tortilla de patata y cebolla horno	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Nuggets de pollo fritos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Dieta					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato															
Sin frutos secos	Semana 1	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con sofrito casero															
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno								3							
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1		2		3						9		11	12	14
			Segundo	Salmón al horno con salsa de limón	1					4									
			Guarnición	Tomate aliñado															14
		Miércoles	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)															14
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas pr															14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
			Segundo	Merluza al horno en piperrada						4									
			Guarnición	Patatas aliñadas con oliva y orégano	1		2		3										14
		Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo															
			Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1		2		3						9				14
			Guarnición	-															
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit															
			Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1		2		3						9		11	12	14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Martes	Primero	Garbanzos guisados con calabaza															
			Segundo	Caballa en salsa de tomate						4									
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Miércoles	Primero	Salmorejo casero	1														14
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimienta, ajo)	1		2		3										14
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria															14
			Segundo	Alubias salteadas con ajo y perejil															14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Viernes	Primero	Paella de verduritas (guisante, calabacín)															
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego						3									
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
	Semana 3	Lunes	Primero	Ensalada campera (patata, tomate, pimient	1		2		3		4								14
			Segundo	Albóndigas en salsa española	1		2		3						9				14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno						3									
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Miércoles	Primero	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate															14
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala															14
			Segundo	Alubias salteadas con ajo y perejil															14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Viernes	Primero	Espaguetis integrales al pesto															
			Segundo	Nuggets de pollo fritos	1		2		3		4		5	6		9			14
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo															
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones en salsa de tomate casera	1										9		11		
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega															
		Martes	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1		2		3						9				14
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Miércoles	Primero	-															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	#¡VALOR!															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	#¡VALOR!															
		Viernes	Primero	Lunes															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	0															
	Semana 5	Lunes	Primero	Merluza en salsa de tomate casera						4									
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Fruta fresca y pan															
		Martes	Primero	Jamoncitos de pollo con tomate															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Fruta fresca y pan															
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro															14
			Segundo	Jamoncitos de pollo con tomate															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Jueves	Primero	Macarrones integrales con crema suave de															
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo															
			Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1		2		3						9				14
			Guarnición	Patatas bastón															

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de cocido con picadillo de huevo
Tortilla de patata y cebolla horno	Magro con salsa de tomate	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Cocido completo estofado (garbanzo, ternera, pollo, tocino, chorizo)
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas aliñadas con oliva y orégano	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro de cerdo en salsa aromática	Tortilla francesa plancha	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con picada de soja ahumada	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Natillas de chocolate y pan
15	16	17	18	19
Ensalada con pimientos asados y aceitunas	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis integrales al pesto
Albóndigas en salsa española	Tortilla de patata y cebolla horno	Jamoncito de pollo asado en su jugo	Fajitas de soja con alubias pintas	Escalope de pollo empanado s/alérgenos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave
Tortilla de patata y cebolla horno	Salmón al horno con salsa de limón	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas aliñadas con oliva y orégano	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Ternera con cebolla guisada	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Natillas de chocolate y pan
15	16	17	18	19
Ensalada campera (patata, tomate, pimiento, atún)	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis integrales al pesto
Albóndigas de ave con salsa de tomate	Tortilla de patata y cebolla horno	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Fajitas de soja con alubias pintas	Nuggets de pollo fritos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin cerdo																				
Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.																				
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato		GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUTES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SULFITOS	
Sin cerdo	Semana 1	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con sofrito casero																
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno				3												
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14	
		Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y s	1	2	3							9		11	12		14	
			Segundo	Salmón al horno con salsa de limón	1			4												
			Guarnición	Tomate aliñado															14	
		Miércoles	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)															14	
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas pr															14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14	
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera							4									
			Segundo	Merluza al horno en piperrada							4									
			Guarnición	Patatas aliñadas con oliva y orégano	1	2	3													14
	Viernes	Primero	Sopa de ave																	
		Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera																	
		Guarnición	-																	
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit																
			Segundo	Ternera con cebolla guisada																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14	
		Martes	Primero	Garbanzos guisados con calabaza																
			Segundo	Caballa en salsa de tomate						4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14	
		Miércoles	Primero	Salmorejo casero	1														14	
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil																
			Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimienta, ajo)	1	2	3												14	
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria															14	
			Segundo	Alubias salteadas con ajo y perejil															14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14	
	Viernes	Primero	Paella de verduritas (guisante, calabacín)																	
		Segundo	Huevos duros con pisto manchego						3											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14		
	Semana 3	Lunes	Primero	Ensalada campera (patata, tomate, pimient	1	2	3	4											14	
			Segundo	Albóndigas de ave con salsa de tomate	1	2	3					9						14		
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14		
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1															
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno					3											
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14	
		Miércoles	Primero	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate															14	
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14	
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala															14	
			Segundo	Fajitas de soja con alubias pintas																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14	
	Viernes	Primero	Espaguetis integrales al pesto																	
		Segundo	Nuggets de pollo fritos	1	2	3	4	5	6					9				14		
		Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo																	
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones en salsa de tomate casera	1										9		11			
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega																
		Martes	Primero	Arroz con verduras (pisto)																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14	
		Miércoles	Primero	-																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	-																
		Jueves	Primero	#¡VALOR!																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	#¡VALOR!																
	Viernes	Primero	Lunes																	
		Segundo	VACACIONES DE VERANO																	
		Guarnición	0																	
	Semana 5	Lunes	Primero	Merluza en salsa de tomate casera						4										
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	Fruta fresca y pan																
		Martes	Primero	Jamoncitos de pollo con tomate																
			Segundo	VACACIONES DE VERANO																
			Guarnición	Fruta fresca y pan																
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro															14	
			Segundo	Jamoncitos de pollo con tomate																
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14	
		Jueves	Primero	Macarrones integrales con crema suave de																
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil															14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																
	Viernes	Primero	Sopa de ave																	
		Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera																	
		Guarnición	Patatas bastón																	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave
Tortilla de patata y cebolla horno	Salmón al horno con salsa de limón	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas aliñadas con oliva y orégano	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro de cerdo en salsa aromática	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con picada de soja ahumada	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Natillas de chocolate y pan
15	16	17	18	19
Ensalada campera (patata, tomate, pimiento, atún)	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos
Albóndigas en salsa española	Tortilla de patata y cebolla horno	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Fajitas de soja con alubias pintas	Filete de pollo al horno con ajo y perejil
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.													
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato														
Baja colesterol	Semana 1	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con sofrito casero														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno						3								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y salsa de soja	1		2		3					9		11	12	14
			Segundo	Salmón al horno con salsa de limón	1						4							
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza al horno en piperrada							4							
			Guarnición	Patatas aliñadas con oliva y orégano	1		2		3									14
		Viernes	Primero	Sopa de ave														
			Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera														
			Guarnición	-														
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceite de oliva														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1		2		3					9		11	12	14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Garbanzos guisados con calabaza														
			Segundo	Caballa en salsa de tomate							4							
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Salmorejo casero	1													14
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimienta, ajo)	1		2		3									14
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias salteadas con picada de soja ahumada	1		2		3					8	9	10	11	12
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de verduritas (guisante, calabacín)														
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego						3								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Ensalada campera (patata, tomate, pimiento, queso)	1		2		3		4							14
			Segundo	Albóndigas en salsa española	1		2		3					9				14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno						3								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate)														14
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza														14
			Segundo	Fajitas de soja con alubias pintas														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos														
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones en salsa de tomate casera	1									9		11		
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Martes	Primero	Arroz con verduras (pisto)														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	-														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 5	Lunes	Primero	Merluza en salsa de tomate casera							4							
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Fruta fresca y pan														
		Martes	Primero	Jamoncitos de pollo con tomate														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Fruta fresca y pan														
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14
			Segundo	Jamoncitos de pollo con tomate														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Macarrones integrales con crema suave de queso														
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Sopa de ave														
			Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera														
			Guarnición	Patatas asadas	1		2		3									14

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimiento, calabacín, berenjena)	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de ave
Cinta de lomo a la plancha	Salmón al horno con salsa de limón	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga iceberg	-
Fruta* lavada y pelada y pan	Fruta* lavada y pelada y pan integral	Fruta* lavada y pelada y pan	Fruta* lavada y pelada y pan integral	Yogur natural y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro con salsa de tomate	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Filete de merluza a la plancha
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta* lavada y pelada y pan	Fruta* lavada y pelada y pan integral	Fruta* lavada y pelada y pan	Fruta* lavada y pelada y pan integral	Natillas de chocolate y pan
15	16	17	18	19
Ensalada con pimientos asados y aceitunas	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos
Albóndigas s/alérgenos con tomate	Ternera con cebolla guisada	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con ajo y perejil	Escalope de pollo empanado s/alérgenos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta* lavada y pelada y pan	Fruta* lavada y pelada y pan integral	Fruta* lavada y pelada y pan	Fruta* lavada y pelada y pan integral	Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin huevo ,F.Secos , F.Pelac					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato															
Sin huevo ,F.Secos	Semana 1	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con sofrito casero															
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Martes	Primero	Espaguetis s/alérgenos con verduras (pimie															
			Segundo	Salmón al horno con salsa de limón						1			4						
			Guarnición	Tomate aliñado															14
		Miércoles	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)															14
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas pro															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
			Segundo	Merluza al horno en piperrada									4						
			Guarnición	Ensalada de lechuga iceberg															14
		Viernes	Primero	Sopa de ave															
			Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera															
			Guarnición	-															
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit															
			Segundo	Magro con salsa de tomate															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Martes	Primero	Garbanzos guisados con calabaza															
			Segundo	Caballa en salsa de tomate									4						
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Miércoles	Primero	Salmorejo casero						1									14
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria															14
			Segundo	Alubias salteadas con ajo y perejil															14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Viernes	Primero	Paella de verduritas (guisante, calabacín)															
			Segundo	Filete de merluza a la plancha									4						
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
	Semana 3	Lunes	Primero	Ensalada con pimientos asados y aceitunas															14
			Segundo	Albóndigas s/alérgenos con tomate															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria						1									
			Segundo	Ternera con cebolla guisada															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Miércoles	Primero	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate															14
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate															14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala															14
			Segundo	Alubias salteadas con ajo y perejil															14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Viernes	Primero	Espaguetis aglio-olio s/alérgenos															
			Segundo	Escalope de pollo empanado s/alérgenos															
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo															
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones en salsa de tomate casera						1						9		11	
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega															
		Martes	Primero	Arroz con verduras (pisto)															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Miércoles	Primero	-															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	#¡VALOR!															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	#¡VALOR!															
		Viernes	Primero	Lunes															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	0															
	Semana 5	Lunes	Primero	Merluza en salsa de tomate casera									4						
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Fruta* lavada y pelada y pan															
		Martes	Primero	Jamoncitos de pollo con tomate															
			Segundo	VACACIONES DE VERANO															
			Guarnición	Fruta* lavada y pelada y pan															
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro															14
			Segundo	Jamoncitos de pollo con tomate															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz															14
		Jueves	Primero	Macarrones integrales con crema suave de															
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14
		Viernes	Primero	Sopa de ave															
			Segundo	Garbanzos, patata, col, pollo y ternera															
			Guarnición	Patatas bastón															

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Guiso de lentejas con sofrito casero	Tallarines al estilo asiático con verduras y soja	Crema parmentiere (patata, puerro)	Arroz integral con salsa de tomate casera	Sopa de cocido con picadillo de huevo
Tortilla de patata y cebolla horno	Magro con salsa de tomate	Jamoncitos de pollo asados con hierbas provenzales	Merluza al horno en piperrada	Cocido completo estofado (garbanzo, ternera, pollo, tocino, chorizo)
Ensalada de lechuga y remolacha	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas aliñadas con oliva y orégano	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
08	09	10	11	12 IVA POR VOSOTROS!
Macarrones integrales napolitana con aceitunas	Garbanzos guisados con calabaza	Salmorejo casero	Crema de brócoli y zanahoria	Paella de verduritas (guisante, calabacín)
Magro de cerdo en salsa aromática	Caballa en salsa de tomate	Filete de pollo al horno con ajo y perejil	Alubias salteadas con picada de soja ahumada	Huevos duros con pisto manchego
Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas a lo pobre (cebolla, pimiento, ajo)	Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y tomate
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Natillas de chocolate y pan
15	16	17	18	19
Ensalada campera (patata, tomate, pimiento, atún)	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria, pimiento y cebolla	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate, aceituna)	Crema suave de calabacín, zanahoria y calabaza	Espaguetis integrales al pesto
Albóndigas en salsa española	Tortilla de patata y cebolla horno	Bacaladilla al horno con ajo y perejil	Fajitas de soja con alubias pintas	Nuggets de pollo fritos
Ensalada de lechuga y remolacha	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga y maíz	Patatas asadas con ajo y tomillo
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur natural y pan
22	23	24	25	26
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
29	30	31	01	02
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO			FRUTA FRESCA DE TEMPORADA (VERANO): MANZANA, PERA, PLÁTANO/BANANA, MELÓN Y SANDÍA. EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIAS.
				

Dieta				Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato														
Sin trucha,salmón	Semana 1	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con sofrito casero														
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno								3						
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Martes	Primero	Tallarines al estilo asiático con verduras y si	1		2		3					9		11	12	14
			Segundo	Magro con salsa de tomate														
			Guarnición	Tomate aliñado														14
		Miércoles	Primero	Crema parmentiere (patata, puerro)														14
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con hierbas pro														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza al horno en piperrada						4								
			Guarnición	Patatas aliñadas con oliva y orégano	1		2		3									14
		Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo														
			Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1		2		3					9				14
			Guarnición	-														
	Semana 2	Lunes	Primero	Macarrones integrales napolitana con aceit														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa aromática	1		2		3					9		11	12	14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Martes	Primero	Garbanzos guisados con calabaza														
			Segundo	Caballa en salsa de tomate						4								
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Miércoles	Primero	Salmorejo casero	1													14
			Segundo	Filete de pollo al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Patatas a lo pobre (cebolla, pimienta, ajo)	1		2		3									14
		Jueves	Primero	Crema de brócoli y zanahoria														14
			Segundo	Alubias salteadas con picada de soja ahum	1		2		3					8	9	10	11	12
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Paella de verduritas (guisante, calabacín)														
			Segundo	Huevos duros con pisto manchego					3									
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
	Semana 3	Lunes	Primero	Ensalada campera (patata, tomate, pimient	1		2		3		4							14
			Segundo	Albóndigas en salsa española	1		2		3					9				14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Martes	Primero	Guiso de lentejas ecológicas con zanahoria	1													
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla horno					3									
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	Ensalada de arroz (zanahoria, maíz, tomate														14
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate														14
		Jueves	Primero	Crema suave de calabacín, zanahoria y cala														14
			Segundo	Fajitas de soja con alubias pintas														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Viernes	Primero	Espaguetis integrales al pesto														
			Segundo	Nuggets de pollo fritos	1		2		3		4		5	6		9		14
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
	Semana 4	Lunes	Primero	Macarrones en salsa de tomate casera	1										9		11	
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Patatas cocidas a la gallega														
		Martes	Primero	Arroz integral a la milanesa (guisante, cham	1		2		3					9				14
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria														14
		Miércoles	Primero	-														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 5	Lunes	Primero	Merluza en salsa de tomate casera						4								
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Fruta fresca y pan														
		Martes	Primero	Jamoncitos de pollo con tomate														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	Fruta fresca y pan														
		Miércoles	Primero	Crema de calabacín y puerro														14
			Segundo	Jamoncitos de pollo con tomate														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz														14
		Jueves	Primero	Macarrones integrales con crema suave de														
			Segundo	Bacaladilla al horno con ajo y perejil														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha														14
		Viernes	Primero	Sopa de cocido con picadillo de huevo														
			Segundo	Cocido completo estofado (garbanzo, terne	1		2		3					9				14
			Guarnición	Patatas bastón														