

MENÚ BASAL DEL 01 AL 07 DE JUNIO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

APERITIVO DIARIO EN LA COMIDA Y CENA: CONSOMÉ O GAZPACHO (SEGÚN TEMPORADA)

COMIDA

1º

GAZPACHO O CREMA DE BERENJENA O ESPINACAS SALTEADAS

GARBANZOS CON SETAS O GAZPACHO O ENSALADA MIXTA

ENSALADILLA RUSA O ALCACHOFAS REHOGADAS O GAZPACHO

ALUBIAS EN VINAGRETA O GAZPACHO O CREMA DE VERDURAS

GAZPACHO O BERENJENA SALTEADA O SOPA DE PESCADO

MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA O GAZPACHO O CARDO SALTEADO

SALMOREJO O ALCACHOFAS REHOGADAS O GAZPACHO

2º

POLLO ASADO CON PATATAS PANADERAS

TORTILLA FRANCESA CON PISTO

SOLOMILLO DE CERDO CON SALSA ROQUEFORT Y CALABACÍN A LA PLANCHA

MERLUZA AL AJILLO

HUEVOS FRITOS CON PATATAS

LASAÑA DE ATÚN

CALABACÍN RELLENO DE CARNE DE TERNERA

POSTRE

FRUTA VARIADA O YOGUR

FRUTA VARIADA O YOGUR

FRUTA VARIADA O HELADO

FRUTA VARIADA O YOGUR

FRUTA VARIADA O YOGUR

FRUTA VARIADA O YOGUR

HELADO O FRUTA Y CAFÉ

kcal: 697 HC: 89 g Prot: 38 g Lip: 18 g

kcal: 671 HC: 77 g Prot: 28 g Lip: 25 g

kcal: 737 HC: 88 g Prot: 39 g Lip: 23 g

kcal: 609 HC: 85 g Prot: 49 g Lip: 15 g

kcal: 711 HC: 83 g Prot: 22 g Lip: 19 g

kcal: 638 HC: 79 g Prot: 27 g Lip: 22 g

kcal: 733 HC: 98 g Prot: 31 g Lip: 21 g

CENA

1º

VERDURAS A AL PROVENZAL O SOPA DE FIDEOS O CREMA DE ZANAHORIA

CREMA DE VERDURAS O SOPA DE LLUVIA O ESPÁRRAGOS CON LECHUGA

CREMA DE BRÓCOLI Y CALABACÍN O SOPAS DE AJO O MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA

SOPA DE LLUVIA O CREMA DE CALABAZA O ACELGAS REHOGADAS

CREMA DE CALABACÍN O SOPA DE PICADILLO O JUDÍAS VERDES REHOGADAS

SOPA DE ESTRELLAS O CREMA DE LOMBARDA O WOK DE VERDURAS

CREMA DE PATATA Y ZANAHORIA O SOPA DE LLUVIA O BRÓCOLI REHOGADO

2º

PECHUGA DE PAVO, QUESO FRESCO Y MEMBRILLO

LIMANDA REBOZADA CON ENSALADA

CROQUETAS CON VERDURA SALTEADA

JAMÓN YORK A LA PLANCHA CON TOMATE ASADO

FILETE DE SARDINA A LA PLANCHA AL LIMÓN

BACALAO AL HORNO CON PURÉ DE PATATA

HUEVOS ESCALFADOS EN SALSA DE ESPÁRRAGOS

POSTRE

FLAN O FRUTA

YOGUR O FRUTA

YOGUR O PERA EN SU JUGO

ARROZ CON LECHE O FRUTA

NATILLAS O FRUTA

YOGUR O FRUTA

YOGUR O FRUTA

kcal: 519 HC: 68 g Prot: 30 g Lip: 11 g

kcal: 525 HC: 61 g Prot: 35 g Lip: 14 g

kcal: 518 HC: 68 g Prot: 24 g Lip: 15 g

kcal: 491 HC: 63 g Prot: 28 g Lip: 13 g

kcal: 636 HC: 77 g Prot: 38 g Lip: 17g

kcal: 518 HC: 72 g Prot: 29 g Lip: 11 g

kcal: 587 HC: 71 g Prot: 26 g Lip: 20 g

SI PRESENTA ALGUNA ALERGI A O INTOLERANCIA A ALGUNO DE ESTOS ALÉRGENOS, DEBERÁ CONSULTAR CON EL PERSONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA LA POSIBLE PRESENCIA DE ÉSTOS EN EL MENÚ. PROCEDA DEL MISMO MODO EN CASO DE QUE SU ALERGI A O INTOLERANCIA SEA DEBIDA A CUALQUIER OTRO ALÉRGENO ALIMENTARIO NO RECOGIDO EN LA CARTELERÍA CORRESPONDIENTE A ALÉRGENOS

