

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>01</p> <p>Gazpacho casero con picatostes</p> <p>Contramuslo de pollo en salsa</p> <p>Patatas al vapor</p> <p>Fruta fresca de temporada y pan</p> <p>Kcal: 595,86445 prot (g): 29,01105 lip (g): 21,643 hc (g): 67,4705</p>	<p>02</p> <p>Arroz a la cazuela con magro de cerdo</p> <p>Guisantes salteados con ajito y huevo</p>  <p>Lechuga y pepino</p> <p>Yogur y pan integral </p> <p>Kcal: 828,0069 prot (g): 35,03705 lip (g): 21,47625 hc (g): 113,11055</p>	<p>03</p> <p>Macarrones integrales a la napolitana</p> <p>Palometa en salsa de puerros</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Fruta fresca de temporada y pan</p> <p>Kcal: 618,7851 prot (g): 30,60035 lip (g): 17,227 hc (g): 79,2074</p>	<p>04</p> <p>Crema de coliflor</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Ensalada de lechuga </p> <p>Fruta fresca de temporada y pan integral</p> <p>Kcal: 559,2013 prot (g): 16,61405 lip (g): 21,48775 hc (g): 67,06455</p>	<p>05</p> <p>Guiso de lentejas con verduras</p> <p>Abadejo en adobo de limón frito</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz dulce</p> <p>Fruta fresca de temporada y pan</p> <p>Kcal: 617,9985 prot (g): 34,98875 lip (g): 17,29485 hc (g): 75,3043</p>
<p>08</p> <p>Ensalada de garbanzos primavera</p> <p>Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria)</p> <p>Zanahoria baby salteada</p> <p>Fruta fresca de temporada y pan</p> <p>Kcal: 700,78125 prot (g): 39,69685 lip (g): 25,33105 hc (g): 71,36785</p>	<p>09</p> <p>Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)</p> <p>Merluza en salsa verde</p> <p>Ensalada de lechuga y tomate fresco </p> <p>Fruta fresca de temporada y pan integral</p> <p>Kcal: 536,3485 prot (g): 24,37195 lip (g): 13,09275 hc (g): 76,2036</p>	<p>10</p> <p>Arroz integral con salsa de tomate casera</p> <p>Revuelto de huevo y pavo</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca de temporada y pan</p> <p>Kcal: 661,2431 prot (g): 28,589 lip (g): 24,01315 hc (g): 79,7272</p>	<p>11</p> <p>Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza)</p> <p>Jamoncitos de pollo asados </p> <p>Patatas dado fritas </p> <p>Fruta fresca de temporada y pan integral</p> <p>Kcal: 419,93285 prot (g): 9,1862 lip (g): 11,5253 hc (g): 64,4092</p>	<p>12</p> <p>Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz</p> <p>Ensalada de lechuga y maíz dulce</p> <p>Yogur y pan</p> <p>Kcal: 713,7038 prot (g): 27,08825 lip (g): 20,1227 hc (g): 97,75345</p>
<p>15</p> <p>Guiso de lentejas con verduras</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Ensalada de lechuga y remolacha</p> <p>Fruta fresca de temporada y pan</p> <p>Kcal: 553,6284 prot (g): 28,6327 lip (g): 17,87445 hc (g): 69,68195</p>	<p>16</p> <p>Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas</p> <p>Hamburguesa al horno</p> <p>Calabacín salteado</p> <p>Yogur y pan integral </p> <p>Kcal: 813,16385 prot (g): 30,8636 lip (g): 40,75715 hc (g): 76,77975</p>	<p>17</p>  <p>Crema de zanahoria</p> <p>Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)</p> <p>Lechuga y pepino</p> <p>Fruta fresca de temporada y pan</p> <p>Kcal: 708,7381 prot (g): 31,3214 lip (g): 27,2596 hc (g): 78,14825</p>	<p>18</p> <p>Paella valenciana con arroz integral</p> <p>Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla)</p> <p>Ensalada de col fresca </p> <p>Fruta fresca de temporada y pan integral</p> <p>Kcal: 595,0606 prot (g): 28,77645 lip (g): 16,13565 hc (g): 79,2258</p>	<p>19 MENÚ FIN DE CURSO</p> <p>Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)</p> <p>Nuggets de pollo con salsa barbacoa</p> <p>Ensalada de lechuga y zanahoria rallada</p> <p>Helado de sabores o fruta fresca de temporada y pan</p> <p>Kcal: 847,9603 prot (g): 22,15145 lip (g): 36,3007 hc (g): 105,56295</p>
<p>22</p>  <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>23</p>  <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>24</p>  <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>25</p>  <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>26</p>  <p>VACACIONES DE VERANO</p>
<p>29</p>  <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>30</p>  <p>VACACIONES DE VERANO</p>	<p>01</p>	<p>02</p>	<p>03</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fruta fresca de temporada (verano): sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada. • EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...



Verdura



Pasta/Arroz



Pasta/Arroz



Verdura



Legumbres



Verdura



Pasta/Arroz



Para cenar puede ser...

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo



carne



Pescado



Pescado



Huevo



carne



Legumbres



Verdura



Huevo



carne



Huevo



Pescado



Fruta



lácteo

Listado de alérgenos por plato para el Menú Basal					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	Alérgenos															
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	NOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SUIJETOS		
Basal	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1														14	
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																	
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3														
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1									9		11					
		Segundo	Palometa en salsa de puerros				4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																	14
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3														
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1																14
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1			4							10	11					14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera																14
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria																
			Guarnición	Zanahoria baby salteada																
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1									9		11					
		Segundo	Mertuza en salsa verde				4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14
Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																		
	Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3							9							14	
	Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14	
Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía																	14	
	Segundo	Jamonicitos de pollo asados																		
	Guarnición	Patatas dado fritas																	14	
Viernes	Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, c		2	3							9							14	
	Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																	14	
	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14	
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14	
		Segundo	Tortilla francesa			3														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14
Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria, n																	14	
	Segundo	Hamburguesa al horno		2	3							9							14	
	Guarnición	Calabacín salteado																	14	
Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																	14	
	Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																	14	
	Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
Jueves	Primero	Paella valenciana con arroz integral	1	2	3	4	5	6				9							14	
	Segundo	Mertuza guisada a la vizcaína (tomate, pimie				4													14	
	Guarnición	Ensalada de col fresca																	14	
Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1									9		11						
	Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6				9		11	12				14	
	Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14	
Semana 4	Lunes	Primero	0																	
		Segundo	0																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	0																	
		Segundo	0																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	0																	
		Segundo	0																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
Jueves	Primero	#¡VALOR!																		
	Segundo	#¡VALOR!																		
	Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		
Viernes	Primero	Lunes																		
	Segundo	Kcal																		
	Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		
Semana 5	Lunes	Primero	0																	
		Segundo	0																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4													
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14
Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																	
	Segundo	Tortilla francesa casera			3															
	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14	
Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía																	14	
	Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6				9							14	
	Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gaspacho con pan sin gluten Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur y pan sin gluten	03 Macarrones sin gluten napolitana (salsa tomate, orégano) Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	05 Guiso de alubias blancas con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	09 Espaguetis sin gluten aglio-olio (ajo, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan sin gluten
15 Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Cinta de lomo fresca a la plancha Calabacín salteado Yogur y pan sin gluten	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	18 Arroz integral salteado con champiñones Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos sin gluten napolitana (salsa tomate, orégano) Contramuslo de pollo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Helado de sabores o fruta fresca de temporada y pan sin gluten
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01	02	03

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin gluten					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	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUICES	SULFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin gluten	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho con pan sin gluten		2							9					14		
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																
			Guarnición	Patatas al vapor																14
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																
			Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo		3														
		Miércoles	Guarnición	Lechuga y pepino																14
			Primero	Macarrones sin gluten napolitana (salsa ton										9		11				
	Semana 2	Lunes	Segundo	Palometa en salsa de puerros				4											14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
			Primero	Crema de coliflor																14
		Jueves	Segundo	Tortilla de patata y cebolla		3														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga																14
		Viernes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras																14
			Segundo	Abadejo al horno				4												14
Semana 3	Lunes	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce															14		
		Primero	Ensalada de garbanzos primavera																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	
	Martes	Guarnición	Zanahoria baby salteada																	
		Primero	Espaguetis sin gluten aglio-olio (ajo, piment										9							
	Miércoles	Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes				4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																	
		Segundo	Revuelto de huevo salteado		3															
	Viernes	Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
		Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14	
	Semana 4	Lunes	Segundo	Jamoncitos de pollo al horno															14	
			Guarnición	Patatas dado fritas																14
			Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,	2	3							9							14
Martes		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Miércoles		Primero	Guiso de alubias blancas con verduras																14	
		Segundo	Tortilla francesa		3															
Jueves		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
		Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																14	
Viernes		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																	
		Guarnición	Calabacín salteado																14	
Semana 5		Lunes	Primero	Crema de zanahoria															14	
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)															14	
			Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic				4												14	
	Miércoles	Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
		Primero	Coditos sin gluten napolitana (salsa tomate										9							
	Jueves	Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
	Viernes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
	Semana 6	Lunes	Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
			Primero	-																
			Segundo	-																
Martes		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
		Primero	-																	
Miércoles		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
Jueves		Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
Viernes		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
		Primero	Lunes																	
Semana 7		Lunes	Segundo	Kcal																
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
			Primero	-																
	Martes	Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4													
	Jueves	Guarnición	VACACIONES DE VERANO																14	
		Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
	Viernes	Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14	
	Semana 8	Lunes	Primero	Guiso de alubias blancas con zanahoria																
			Segundo	Tortilla francesa casera		3														
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
Martes		Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14	
		Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perej				4													
Miércoles		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
		Primero	-																	
Jueves		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
Viernes		Primero	-																	
		Segundo	-																	
Sábado		Primero	-																	
		Segundo	-																	
Domingo		Primero	-																	
	Segundo	-																		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gaspacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Mertuza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca de temporada y pan integral	12 Calabacín y berenjena asada Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Cinta de lomo fresca a la plancha Calabacín salteado Fruta fresca de temporada y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan	18 Arroz integral salteado con champiñones Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Contramuslo de pollo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin lactosa, cacahuete

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	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin lactosa, cacaf	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14		
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																14	
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3													14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11			14	
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																14	
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14	
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14	
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11			14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera															14		
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																14	
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																14	
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11			14	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																14	
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			3													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																14	
		Guarnición	Patatas dado fritas																14	
	Viernes	Primero	Calabacín y berenjena asada																14	
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14		
		Segundo	Tortilla francesa			3												14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14		
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																14	
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																14	
		Guarnición	Calabacín salteado																14	
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																14	
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																14	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic					4											14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1										9		11			14	
		Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 4	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Viernes	Primero	Lunes																	
		Segundo	Kcal																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
Semana 5	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4												
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14	
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																
		Segundo	Tortilla francesa casera			3														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14	
		Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perej					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gazpacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur natural y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Mertuza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y pavo Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur natural y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Hamburguesa al horno Calabacín salteado Yogur natural y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	18 Paella valenciana con arroz integral Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Nuggets de pollo con salsa barbacoa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no melocotón,nectarina,paraguaya,albaric)
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin melocotón,nectarina,pe					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	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUICES	SULFITOS	
Sin melocotón,nect	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14	
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa															14
			Guarnición	Patatas al vapor															
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																14
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3													14
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11			14
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																14
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11			14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera															14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																14
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																14
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11			14
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																14
		Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3							9						14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																14
		Guarnición	Patatas dado fritas																14
	Viernes	Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3								9					14
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14	
		Segundo	Tortilla francesa			3												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																14
		Segundo	Hamburguesa al horno		2	3							9						14
		Guarnición	Calabacín salteado																14
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																14
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																14
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Jueves	Primero	Paella valenciana con arroz integral	1	2	3	4	5	6				9						14
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic				4												14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1									9		11				14
		Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6				9		11	12			14
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 4	Lunes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Martes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Miércoles	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																
		Segundo	#¡VALOR!																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Viernes	Primero	Lunes																
		Segundo	Kcal																
Guarnición		VACACIONES DE VERANO																	
Semana 5	Lunes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4												
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1															
		Segundo	Tortilla francesa casera			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14
		Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6				9						14
Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gazpacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados Lechuga y pepino Yogur y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	04 Crema de coliflor Cinta de lomo fresca a la plancha Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Mertuza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Lomo horno/plancha con pimiento y cebolla Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca de temporada y pan integral	12 Calabacín y berenjena asada Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Abadejo a la bilbaína Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Cinta de lomo fresca a la plancha Calabacín salteado Yogur y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan	18 Arroz integral salteado con champiñones Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Contramuslo de pollo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin huevo

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	Alérgenos															
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUICES	SULFITOS		
Sin huevo	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14		
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																	14
		Segundo	Guisantes salteados																	14
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11				14
		Segundo	Palometa en salsa de puerros				4													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																	14
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1																14
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11				14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	14
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																	14
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11				14
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes				4													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																	14
		Segundo	Lomo horno/plancha con pimiento y ceboll																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																	14
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																	14
		Guarnición	Patatas dado fritas																	14
	Viernes	Primero	Calabacín y berenjena asada																	14
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14	
		Segundo	Abadejo a la bilbaína				4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																	14
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																	14
		Guarnición	Calabacín salteado																	14
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																	14
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																	14
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14
	Jueves	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	14
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic				4													14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																	14
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1										9		11				14
		Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																	14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14
Semana 4	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Viernes	Primero	Lunes																	
		Segundo	Kcal																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
Semana 5	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4													
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																
		Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																	14
		Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perej				4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	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 Ensalada de tomate y aceitunas Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	02 Arroz con verduras (pisto) Judías verdes con patatas y huevo Lechuga y pepino Yogur natural y	03 Macarrones sin soja napolitana (salsa tomate, orégano) Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	05 Guiso de alubias blancas con verduras Abadejo al horno Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y
08 Brócoli salteado con zanahoria Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	09 Espaguetis sin soja aglio-olio Filete de merluza al horno/plancha Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	12 Calabacín y berenjena asada Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur natural y
15 Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Cinta de lomo fresca a la plancha Calabacín salteado Yogur natural y	17 Crema de zanahoria Revuelto de huevo y champiñones Lechuga y pepino Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	18 Arroz integral salteado con champiñones Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos sin soja napolitana (salsa tomate, orégano) Contramuslo de pollo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no frutos rojos) y
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin frutos secos, frutos rojo					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	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTACEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUICES	SULFITOS	
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin frutos secos, fi	Semana 1	Lunes	Primero	Ensalada de tomate y aceitunas														14	
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa															
			Guarnición	Patatas al vapor															
	Martes	Primero	Arroz con verduras (pisto)																14
		Segundo	Judías verdes con patatas y huevo			3													14
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Miércoles	Primero	Macarrones sin soja napolitana (salsa toma												11				
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4											14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																14
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14
	Viernes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras																14
		Segundo	Abadejo al horno					4											14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 2	Lunes	Primero	Brócoli salteado con zanahoria																
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																
	Martes	Primero	Espaguetis sin soja aglio-olio		1										11				
		Segundo	Filete de merluza al horno/plancha					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																14
		Guarnición	Patatas dado fritas																14
	Viernes	Primero	Calabacín y berenjena asada																14
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras															14	
		Segundo	Tortilla francesa			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																14
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																
		Guarnición	Calabacín salteado																
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																14
		Segundo	Revuelto de huevo y champiñones			3													
		Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Jueves	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic					4											14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14
	Viernes	Primero	Coditos sin soja napolitana (salsa tomate, c																
		Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 4	Lunes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Martes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Miércoles	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																
		Segundo	#¡VALOR!																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Viernes	Primero	Lunes																
		Segundo	Kcal																
Guarnición		VACACIONES DE VERANO																	
Semana 5	Lunes	Primero	-																
		Segundo	-																
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4											
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4											
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14
	Jueves	Primero	Guiso de alubias blancas con zanahoria																
		Segundo	Tortilla francesa casera			3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Viernes	Primero	Crema de acelgas, puerro y zanahoria																14
		Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perej					4											
Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gaspacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y pavo Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca de temporada y pan integral	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Hamburguesa al horno Calabacín salteado Yogur y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan	18 Paella valenciana con arroz integral Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Nuggets de pollo con salsa barbacoa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin pistacho, anacardo

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	Alérgenos																
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS			
Sin pistacho, anac	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14			
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14	
			Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																	14	
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3														14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11				14	
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14	
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																	14	
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3														14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14	
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1																14	
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11				14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14		
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera																14		
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	14	
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																	14	
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11				14	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																	14	
		Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3								9						14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																	14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																	14	
		Guarnición	Patatas dado fritas																	14	
	Viernes	Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3								9						14	
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																	14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14		
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14		
		Segundo	Tortilla francesa					3												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14	
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																	14	
		Segundo	Hamburguesa al horno		2	3								9						14	
		Guarnición	Calabacín salteado																	14	
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																	14	
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																	14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Jueves	Primero	Paella valenciana con arroz integral	1	2	3	4	5	6					9						14	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic					4												14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																	14	
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1										9		11				14	
		Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6					9		11	12			14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14		
Semana 4	Lunes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		
	Martes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		
	Miércoles	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																		
		Segundo	#¡VALOR!																		
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		
	Viernes	Primero	Lunes																		
		Segundo	Kcal																		
Guarnición		VACACIONES DE VERANO																			
Semana 5	Lunes	Primero	-																		
		Segundo	-																		
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																		
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4													
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																		
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga																		14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																	
		Segundo	Tortilla francesa casera					3													
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																		14
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																		14
		Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6					9							14
Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gazpacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y pavo Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca de temporada y pan integral	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Hamburguesa al horno Calabacín salteado Yogur y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan	18 Paella valenciana con arroz integral Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Nuggets de pollo con salsa barbacoa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin frutos secos					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	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin frutos secos	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14		
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa															14	
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes		Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo															14	
			Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3												14	
			Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Miércoles		Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1									9		11			14	
			Segundo	Palometa en salsa de puerros					4										14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14
	Jueves		Primero	Crema de coliflor															14	
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3												14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga																14
	Viernes		Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14	
			Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4						10	11			14	
Guarnición			Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 2	Lunes		Primero	Ensalada de garbanzos primavera														14		
			Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori															14	
			Guarnición	Zanahoria baby salteada																14
	Martes		Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1									9		11			14	
			Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4											14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14
	Miércoles		Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															14	
			Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3						9						14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Jueves		Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud															14	
			Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																14
			Guarnición	Patatas dado fritas																14
	Viernes		Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3							9					14	
			Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																14
Guarnición			Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 3	Lunes		Primero	Guiso de lentejas con verduras	1													14		
			Segundo	Tortilla francesa															14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14
	Martes		Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,															14	
			Segundo	Hamburguesa al horno		2	3						9						14	
			Guarnición	Calabacín salteado																14
	Miércoles		Primero	Crema de zanahoria															14	
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)															14	
			Guarnición	Lechuga y pepino																14
	Jueves		Primero	Paella valenciana con arroz integral	1	2	3	4	5	6			9						14	
			Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic					4											14
			Guarnición	Ensalada de col fresca																14
	Viernes		Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1								9		11				14	
			Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6			9		11	12			14	
Guarnición			Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 4	Lunes		Primero	-														14		
			Segundo	-															14	
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO																14
	Martes		Primero	-															14	
			Segundo	-															14	
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO																14
	Miércoles		Primero	-															14	
			Segundo	-															14	
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO																14
	Jueves		Primero	#¡VALOR!															14	
			Segundo	#¡VALOR!															14	
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO																14
	Viernes		Primero	Lunes															14	
			Segundo	Kcal															14	
Guarnición			VACACIONES DE VERANO																14	
Semana 5	Lunes		Primero	-														14		
			Segundo	-															14	
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO																14
	Martes		Primero	Arroz integral salteado con champiñones															14	
			Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4										14	
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO																14
	Miércoles		Primero	Arroz integral salteado con champiñones															14	
			Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4										14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga																14
	Jueves		Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1														14	
			Segundo	Tortilla francesa casera															14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14
	Viernes		Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud															14	
			Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6			9						14	
Guarnición			Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gazpacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan	02 Arroz con verduras (pisto) Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Hamburguesa de pollo a la plancha Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y pavo Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca de temporada y pan integral	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Hamburguesa de pollo a la plancha Calabacín salteado Yogur y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan	18 Paella valenciana con arroz integral Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Nuggets de pollo con salsa barbacoa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Helado de sabores o fruta fresca de temporada y pan
22  VACACIONES DE VERANO	23  VACACIONES DE VERANO	24  VACACIONES DE VERANO	25  VACACIONES DE VERANO	26  VACACIONES DE VERANO
29  VACACIONES DE VERANO	30  VACACIONES DE VERANO	01  VACACIONES DE VERANO	02  VACACIONES DE VERANO	03  VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

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	Alérgenos														
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS	
Sin cerdo	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14	
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa															14
			Guarnición	Patatas al vapor															14
		Martes	Primero	Arroz con verduras (pisto)															14
			Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3												14
		Miércoles	Guarnición	Lechuga y pepino															14
			Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11		14
	Semana 2	Lunes	Segundo	Palometa en salsa de puerros					4									14	
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada														14	
			Primero	Crema de coliflor															14
		Jueves	Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3												14
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
		Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14
			Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4										14
Semana 3	Lunes	Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce														14		
		Primero	Ensalada de garbanzos primavera														14		
		Segundo	Hamburguesa de pollo a la plancha	1	2	3						9					14		
	Martes	Guarnición	Zanahoria baby salteada															14	
		Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1									9		11			14	
	Miércoles	Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4										14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14	
	Jueves	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															14	
		Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3							9					14	
	Viernes	Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14	
		Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi															14	
	Semana 4	Lunes	Segundo	Jamoncitos de pollo al horno														14	
			Guarnición	Patatas dado fritas														14	
			Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3							9					14
Martes		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz															14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce															14	
Miércoles		Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14	
		Segundo	Tortilla francesa				3											14	
Jueves		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14	
		Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,															14	
Viernes		Segundo	Hamburguesa de pollo a la plancha	1	2	3							9					14	
		Guarnición	Calabacín salteado															14	
Semana 5		Lunes	Primero	Crema de zanahoria														14	
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)														14	
			Guarnición	Lechuga y pepino															14
	Martes	Primero	Paella valenciana con arroz integral	1	2	3	4	5	6				9					14	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic					4										14	
	Miércoles	Guarnición	Ensalada de col fresca															14	
		Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1									9		11			14	
Semana 6	Lunes	Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6			9		11	12		14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada															14	
		Primero	-															14	
	Martes	Segundo	-															14	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO															14	
	Miércoles	Primero	-															14	
		Segundo	-															14	
	Jueves	Guarnición	VACACIONES DE VERANO															14	
		Primero	#¡VALOR!															14	
	Viernes	Segundo	#¡VALOR!															14	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO															14	
	Semana 7	Lunes	Primero	Lunes														14	
			Segundo	Kcal														14	
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO															14
Martes		Primero	Arroz integral salteado con champiñones															14	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4										14	
Miércoles		Guarnición	VACACIONES DE VERANO															14	
		Primero	Arroz integral salteado con champiñones															14	
Semana 8	Lunes	Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4									14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga														14		
		Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1														14	
	Martes	Segundo	Tortilla francesa casera						3									14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce															14	
	Miércoles	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, judi															14	
		Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6				9					14	
Jueves	Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															14		

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gaspacho casero con picatostes Revuelto de huevo y queso fundido Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan	02 Arroz con verduras (pisto) Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Champiñones salteados Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan integral	05 Pisto de verduras hortelano Guiso de lentejas con verduras Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Tortilla francesa Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Patatas en salsa verde con huevo duro Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Guiso de lentejas con verduras - Fruta fresca de temporada y pan integral	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Judías verdes salteadas al ajillo Calabacín salteado Yogur y pan integral	17 Crema de zanahoria Garbanzos salteados (pimiento, zanahoria, cebolla) Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan	18 Arroz integral salteado con champiñones Revuelto de huevo y queso fundido Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Guisantes a la francesa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Helado de sabores o fruta fresca de temporada y pan
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Vegetariano					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	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	AJÍO	ALTRAMUZES	SULFITOS	
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Vegetariano	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14	
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido		2	3						9						
			Guarnición	Patatas al vapor															
	Martes		Primero	Arroz con verduras (pisto)															
			Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3												
			Guarnición	Lechuga y pepino															
	Miércoles		Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1								9		11				
			Segundo	Champiñones salteados															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada															
	Jueves		Primero	Crema de coliflor														14	
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3												
			Guarnición	Ensalada de lechuga															
	Viernes		Primero	Pisto de verduras hortelano															
			Segundo	Guiso de lentejas con verduras	1														14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce															
Semana 2	Lunes		Primero	Ensalada de garbanzos primavera														14	
			Segundo	Tortilla francesa			3												
			Guarnición	Zanahoria baby salteada															
	Martes		Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1							9		11					
			Segundo	Patatas en salsa verde con huevo duro			3												
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															
	Miércoles		Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera															
			Segundo	Revuelto de huevo salteado			3												
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															
	Jueves		Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud														14	
			Segundo	Guiso de lentejas con verduras	1														14
			Guarnición	-															
	Viernes		Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3					9						14	
			Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz															14
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce															
Semana 3	Lunes		Primero	Guiso de lentejas con verduras	1													14	
			Segundo	Tortilla francesa			3												
			Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															
	Martes		Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,														14	
			Segundo	Judías verdes salteadas al ajillo															
			Guarnición	Calabacín salteado															
	Miércoles		Primero	Crema de zanahoria														14	
			Segundo	Garbanzos salteados (pimiento, zanahoria,															
			Guarnición	Lechuga y pepino															
	Jueves		Primero	Arroz integral salteado con champiñones															
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido		2	3					9							
			Guarnición	Ensalada de col fresca															
	Viernes		Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1							9		11					
			Segundo	Guisantes a la francesa															
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada															
Semana 4	Lunes		Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO															
	Martes		Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO															
	Miércoles		Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO															
	Jueves		Primero	#¡VALOR!															
			Segundo	#¡VALOR!															
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO															
	Viernes		Primero	Lunes															
			Segundo	Kcal															
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO															
Semana 5	Lunes		Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO															
	Martes		Primero	Arroz integral salteado con champiñones															
			Segundo	Guisantes salteados															
			Guarnición	VACACIONES DE VERANO															
	Miércoles		Primero	Arroz integral salteado con champiñones															
			Segundo	Guisantes salteados															
			Guarnición	Ensalada de lechuga															
	Jueves		Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1														
			Segundo	Tortilla francesa casera			3												
			Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce															
	Viernes		Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud														14	
			Segundo	Macarrones con pisto	1							9		11					
			Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco															

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gaspacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur natural y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca de temporada y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca de temporada y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca de temporada y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Merluza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y pavo Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	11 Crema de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan integral	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Lentejas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur natural y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Hamburguesa al horno Calabacín salteado Yogur natural y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan	18 Paella valenciana con arroz integral Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Nuggets de pollo con salsa barbacoa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan
22  VACACIONES DE VERANO	23  VACACIONES DE VERANO	24  VACACIONES DE VERANO	25  VACACIONES DE VERANO	26  VACACIONES DE VERANO
29  VACACIONES DE VERANO	30  VACACIONES DE VERANO	01  VACACIONES DE VERANO	02  VACACIONES DE VERANO	03  VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin alubias, dulces, patatas

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	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin alubias, dulce:	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14		
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																14	
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3													14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11			14	
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																14	
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14	
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14	
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11			14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera															14		
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																14	
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																14	
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11			14	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																14	
		Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3							9						14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
	Jueves	Primero	Crema de zanahoria																14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																14	
		Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Viernes	Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3							9						14	
		Segundo	Lentejas estofadas con arroz	1															14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14		
		Segundo	Tortilla francesa			3												14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																14	
		Segundo	Hamburguesa al horno		2	3							9						14	
		Guarnición	Calabacín salteado																14	
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																14	
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Jueves	Primero	Paella valenciana con arroz integral	1	2	3	4	5	6				9						14	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic				4												14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1									9		11				14	
		Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6				9		11	12			14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 4	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Viernes	Primero	Lunes																	
		Segundo	Kcal																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
Semana 5	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4													
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera				4													
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14	
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																
		Segundo	Tortilla francesa casera			3														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
	Viernes	Primero	Crema de acelgas, puerro y zanahoria																14	
		Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6				9						14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gaspacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca permitida(no papaya) y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur natural y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no papaya) y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca permitida(no papaya) y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca permitida(no papaya) y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca permitida(no papaya) y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Mertuza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida(no papaya) y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y pavo Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no papaya) y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca permitida(no papaya) y pan integral	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur natural y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no papaya) y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Hamburguesa al horno Calabacín salteado Yogur natural y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca permitida(no papaya) y pan	18 Paella valenciana con arroz integral Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca permitida(no papaya) y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Nuggets de pollo con salsa barbacoa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no papaya) y pan
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01 VACACIONES DE VERANO	02 VACACIONES DE VERANO	03 VACACIONES DE VERANO

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin papaya					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	Alérgenos																
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS			
Sin papaya	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1														14		
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14	
			Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																	14	
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3														14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11				14	
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14	
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																	14	
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3														14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14	
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1																14	
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11				14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14		
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera																14		
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																14		
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																	14	
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11				14	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																	14	
		Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3							9							14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																	14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																	14	
		Guarnición	Patatas dado fritas																	14	
	Viernes	Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3							9							14	
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																	14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14		
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14		
		Segundo	Tortilla francesa					3											14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14	
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																	14	
		Segundo	Hamburguesa al horno		2	3							9							14	
		Guarnición	Calabacín salteado																	14	
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																	14	
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																	14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Jueves	Primero	Paella valenciana con arroz integral	1	2	3	4	5	6				9							14	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic					4												14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																	14	
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1									9			11				14	
		Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6				9		11	12				14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14		
Semana 4	Lunes	Primero	-																	14	
		Segundo	-																	14	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Martes	Primero	-																		14
		Segundo	-																		14
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Miércoles	Primero	-																		14
		Segundo	-																		14
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																		14
		Segundo	#¡VALOR!																		14
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Viernes	Primero	Lunes																		14
		Segundo	Kcal																		14
Guarnición		VACACIONES DE VERANO																		14	
Semana 5	Lunes	Primero	-																	14	
		Segundo	-																	14	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																		14
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4													14
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																		14
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga																		14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																	14
		Segundo	Tortilla francesa casera					3													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																		14
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																		14
		Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6				9								14
Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gaspacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur de soja y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Mertuza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo salteado Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan integral	12 Calabacín y berenjena asada Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur de soja y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Cinta de lomo fresca a la plancha Calabacín salteado Yogur de soja y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan	18 Arroz integral salteado con champiñones Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Contramuslo de pollo en salsa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no kiwi, plátano) y pan
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01	02	03

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin lactosa, kiwi, plátano

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	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS		
					▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Sin lactosa, kiwi, ρ	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1													14		
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																14	
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3													14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11			14	
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																14	
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14	
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14	
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11			14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera															14		
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																14	
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																14	
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11			14	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4											14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																14	
		Segundo	Revuelto de huevo salteado			3													14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																14	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																14	
		Guarnición	Patatas dado fritas																14	
	Viernes	Primero	Calabacín y berenjena asada																14	
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1														14		
		Segundo	Tortilla francesa			3												14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha															14		
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																14	
		Segundo	Cinta de lomo fresca a la plancha																14	
		Guarnición	Calabacín salteado																14	
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																14	
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																14	
	Jueves	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																14	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic					4											14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																14	
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1										9		11			14	
		Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																14	
Semana 4	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Viernes	Primero	Lunes																	
		Segundo	Kcal																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
Semana 5	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4												
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga																14	
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																
		Segundo	Tortilla francesa casera			3														
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																14	
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																14	
		Segundo	Merluza al horno con infusión de ajo y perej					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gazpacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur natural y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Mertuza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y pavo Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan integral	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur natural y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Hamburguesa al horno Calabacín salteado Yogur natural y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan	18 Arroz integral salteado con champiñones Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Nuggets de pollo con salsa barbacoa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no melón, naranja,sandía) y pan
22  VACACIONES DE VERANO	23  VACACIONES DE VERANO	24  VACACIONES DE VERANO	25  VACACIONES DE VERANO	26  VACACIONES DE VERANO
29  VACACIONES DE VERANO	30  VACACIONES DE VERANO	01	02	03

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin melón, naranja, sandía					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	Alérgenos															
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS		
Sin melón, naranj	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1														14	
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																
			Guarnición	Patatas al vapor																14
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																	
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3														
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11				14
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																	14
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3														
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1																14
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11				14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14	
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera																14	
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																	
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																	
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11				
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																	
		Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3							9							14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																	14
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																	
		Guarnición	Patatas dado fritas																	14
	Viernes	Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3							9							14
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																	14
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14	
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14	
		Segundo	Tortilla francesa					3												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																	14
		Segundo	Hamburguesa al horno		2	3							9							14
		Guarnición	Calabacín salteado																	14
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																	14
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																	14
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14
	Jueves	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic							4										14
		Guarnición	Ensalada de col fresca																	14
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1										9		11				14
		Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6				9		11	12				14
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14	
Semana 4	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																	
		Segundo	#¡VALOR!																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Viernes	Primero	Lunes																	
		Segundo	Kcal																	
Guarnición		VACACIONES DE VERANO																		
Semana 5	Lunes	Primero	-																	
		Segundo	-																	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4												
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																	
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																	
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4												
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																
		Segundo	Tortilla francesa casera					3												
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																	14
		Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6				9							14
Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Gaspacho casero con picatostes Contramuslo de pollo en salsa Patatas al vapor Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan	02 Arroz a la cazuela con magro de cerdo Guisantes salteados con ajito y huevo Lechuga y pepino Yogur natural y pan integral	03 Macarrones integrales a la napolitana Palometa en salsa de puerros Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan	04 Crema de coliflor Tortilla de patata y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan integral	05 Guiso de lentejas con verduras Abadejo en adobo de limón frito Ensalada de lechuga y maíz dulce Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan
08 Ensalada de garbanzos primavera Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahoria) Zanahoria baby salteada Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan	09 Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón) Mertuza en salsa verde con guisantes Ensalada de lechuga y tomate fresco Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan integral	10 Arroz integral con salsa de tomate casera Revuelto de huevo y pavo Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan	11 Crema de verduras y hortalizas (acelga, judía, calabaza) Jamoncitos de pollo al horno Patatas dado fritas Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan integral	12 Ratatouille de verduras al horno (zanahoria, calabacín, berenjena, Alubias pintas estofadas con arroz Ensalada de lechuga y maíz dulce Yogur natural y pan
15 Guiso de lentejas con verduras Tortilla francesa Ensalada de lechuga y remolacha Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan	16 Ensalada de patata con tomate, zanahoria, maíz y aceitunas Hamburguesa al horno Calabacín salteado Yogur natural y pan integral	17 Crema de zanahoria Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) Lechuga y pepino Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan	18 Paella valenciana con arroz integral Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimiento, cebolla) Ensalada de col fresca Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan integral	19 MENÚ FIN DE CURSO Coditos napolitana (salsa tomate, orégano) Nuggets de pollo con salsa barbacoa Ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca permitida(no kiwi, piña) y pan
22 VACACIONES DE VERANO	23 VACACIONES DE VERANO	24 VACACIONES DE VERANO	25 VACACIONES DE VERANO	26 VACACIONES DE VERANO
29 VACACIONES DE VERANO	30 VACACIONES DE VERANO	01	02	03

- **Fruta fresca de temporada (verano):** sandía, melón, manzana, plátano/banana, pera. La fruta servida podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que se trata de fruta fresca y de temporada.
- **EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA**

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin kiwi,piña					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	Alérgenos																
					GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTACEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	APJO	ALTRAMUICES	SULFITOS			
Sin kiwi,piña	Semana 1	Lunes	Primero	Gazpacho casero con picatostes	1														14		
			Segundo	Contramuslo de pollo en salsa																14	
			Guarnición	Patatas al vapor																14	
	Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo																	14	
		Segundo	Guisantes salteados con ajito y huevo			3														14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Miércoles	Primero	Macarrones integrales a la napolitana	1										9		11				14	
		Segundo	Palometa en salsa de puerros					4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14	
	Jueves	Primero	Crema de coliflor																	14	
		Segundo	Tortilla de patata y cebolla			3														14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga																	14	
	Viernes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1																14	
		Segundo	Abadejo en adobo de limón frito	1				4							10	11				14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14		
Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de garbanzos primavera																14		
		Segundo	Ragout de cerdo (tomate, cebolla, zanahori																14		
		Guarnición	Zanahoria baby salteada																	14	
	Martes	Primero	Espaguetis aglio-olio (ajo, pimentón)	1										9		11				14	
		Segundo	Merluza en salsa verde con guisantes					4												14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y tomate fresco																	14	
	Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera																	14	
		Segundo	Revuelto de huevo y pavo	1	2	3							9							14	
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14	
	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																	14	
		Segundo	Jamoncitos de pollo al horno																	14	
		Guarnición	Patatas dado fritas																	14	
	Viernes	Primero	Ratatouille de verduras al horno (zanahoria,		2	3							9							14	
		Segundo	Alubias pintas estofadas con arroz																	14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y maíz dulce																	14		
Semana 3	Lunes	Primero	Guiso de lentejas con verduras	1															14		
		Segundo	Tortilla francesa					3											14		
		Guarnición	Ensalada de lechuga y remolacha																	14	
	Martes	Primero	Ensalada de patata con tomate, zanahoria,																	14	
		Segundo	Hamburguesa al horno		2	3							9							14	
		Guarnición	Calabacín salteado																	14	
	Miércoles	Primero	Crema de zanahoria																	14	
		Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)																	14	
		Guarnición	Lechuga y pepino																	14	
	Jueves	Primero	Paella valenciana con arroz integral	1	2	3	4	5	6				9							14	
		Segundo	Merluza guisada a la vizcaína (tomate, pimic					4												14	
		Guarnición	Ensalada de col fresca																	14	
	Viernes	Primero	Coditos napolitana (salsa tomate, orégano)	1									9			11				14	
		Segundo	Nuggets de pollo con salsa barbacoa	1	2	3	4	5	6				9		11	12				14	
Guarnición		Ensalada de lechuga y zanahoria rallada																	14		
Semana 4	Lunes	Primero	-																	14	
		Segundo	-																	14	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Martes	Primero	-																		14
		Segundo	-																		14
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Miércoles	Primero	-																		14
		Segundo	-																		14
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Jueves	Primero	#¡VALOR!																		14
		Segundo	#¡VALOR!																		14
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Viernes	Primero	Lunes																		14
		Segundo	Kcal																		14
Guarnición		VACACIONES DE VERANO																		14	
Semana 5	Lunes	Primero	-																	14	
		Segundo	-																	14	
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Martes	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																		14
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4													14
		Guarnición	VACACIONES DE VERANO																		14
	Miércoles	Primero	Arroz integral salteado con champiñones																		14
		Segundo	Caballa en salsa de tomate casera					4													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga																		14
	Jueves	Primero	Guiso de lentejas con zanahoria	1																	14
		Segundo	Tortilla francesa casera					3													14
		Guarnición	Ensalada de lechuga y maíz dulce																		14
	Viernes	Primero	Crema de verduras y hortalizas (acelga, jud																		14
		Segundo	Rabas de calamar rebozadas	1	2	3	4	5	6				9								14
Guarnición		Ensalada de lechuga y tomate fresco																		14	