JUNIO

SIN LACTOSA

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1	22/06/2026	23/06/2026	24/06/2026	25/06/2026	26/06/2026
	Macarrones integrales con salsa de tomate casera	Gazpacho andaluz s/g	Arroz blanco con salsa de tomate casera aromatizada	Vichyssoise de puerros	Sopa de fideos
	KCAL 622	KCAL 444	KCAL 548	KCAL 523	KCAL 417
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Filete de pollo empanado sin alérgenos casero	Filete de abadejo en tempura	Albóndigas de cerdo con salsa de verduras	Garbanzos salteados con carne	Tortilla de patata
	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.
	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y zanahoria	Zanahoria dado rehogada		Ensalada de lechuga y tomate
	31	20	24	22	10
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Gelatina de frutas	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
SEMANA 2	29/06/2026	30/06/2026	01/07/2026	02/07/2026	03/07/2026
	Crema de calabacín natural	Paella de verduras de temporada	Macarrones integrales con salsa de tomate casera	Crema de verduras natural	Ensalada campera con vinagreta de oliva
	KCAL 434	KCAL 558	KCAL 562	KCAL 1733	KCAL 601
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Suprema de merluza rebozada a la andaluza	Hamburguesa de ternera a la plancha	Filete de pollo asado con ajito y perejil fresco	Tortilla de patata	Garbanzos con arroz al horno
	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.
	Patatas asadas	Ensalada de lechuga y aceitunas	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y tomate	
	20	21	30	35	22
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada
SEMANA 3	06/07/2026	07/07/2026	08/07/2026	09/07/2026	10/07/2026
	Sopa de fideos	Gazpacho andaluz s/g	Garbanzos guisados a la jardinera	Ensalada de pasta integral con vinagreta	Ensalada de arroz
	KCAL 398	KCAL 428	KCAL 616	KCAL 1010	KCAL 682
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Lomo de cerdo al horno	Ragout de pollo guisado al estilo tradicional	Suprema de merluza en tempura	Tortilla francesa	Lentejas estofadas al estilo tradicional
	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.
	Zanahoria dado rehogada	Guisantes salteados con ajito y cebolla pochada	Ensalada de lechuga y maíz	Ensalada de lechuga y tomate	
	23	21	27	33	27
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Gelatina de frutas
SEMANA 4	13/07/2026	14/07/2026	15/07/2026	16/07/2026	17/07/2026
	Macarrones integrales con salsa de tomate casera	Vichyssoise de puerros	Arroz salteado tres delicias	Crema de verduras natural	Gazpacho andaluz s/g
	KCAL 567	KCAL 443	KCAL 722	KCAL 525	KCAL 421
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Contramuslo de pollo asado con limón y pimienta	Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera	Suprema de merluza en tempura	Fusilli integrales con boloñesa vegetariana	Ragout de pollo guisado al estilo tradicional
	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.
	Ensalada de lechuga y zanahoria	Zanahoria dado rehogada	Ensalada de tomate		Ensalada de lechuga y maíz
	30	22	25	17	20
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Gelatina de frutas
SEMANA 5	20/07/2026	21/07/2026	22/07/2026	23/07/2026	24/07/2026
	Crema de verduras natural	Macarrones integrales con salsa de tomate	Paella de verduras de temporada	Crema de calabaza natural	Sopa de lluvia
	KCAL 444	KCAL 625	KCAL 608	KCAL 513	KCAL 578
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Filete de pollo asado con un punto de mostaza	Suprema de merluza en tempura	Lomo de cerdo asado en salsa española	Fusilli integrales con boloñesa vegetariana	Filete de pollo empanado sin alérgenos casero
	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.
	Patatas asadas	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga y tomate		Patatas fritas crujientes
	24	23	25	16	27
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Gelatina de frutas