JUNIO

SIN PESCADO NI MARISCO

	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 de temporada	Arroz blanco con salsa de tomate casera aromatizada	Vichyssoise de puerros	Sopa de fideos
	KCAL 617	KCAL 433	KCAL 548	KCAL 523	KCAL 417
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Filete de pollo empanado sin alérgenos casero	Tortilla francesa	Albóndigas de cerdo con salsa de verduras	Garbanzos salteados con carne	Tortilla de patata
	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.
	Ensalada de lechuga y maíz 30	Ensalada de lechuga y zanahoria 12	Zanahoria dado rehogada 24	22	Ensalada de lechuga y tomate 10
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Helado	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 s/ atún
	KCAL 446	KCAL 558	KCAL 562	KCAL 945	KCAL 733
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Cinta de lomo a la plancha	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 23	Ensalada de lechuga y aceitunas 21	Ensalada de lechuga y maíz 30	Ensalada de lechuga y tomate 19	27
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur
SEMANA 3	06/07/2026	07/07/2026	08/07/2026	09/07/2026	10/07/2026
	Sopa de fideos	Gazpacho andaluz de temporada	Garbanzos guisados a la jardinera	Ensalada de pasta integral con vinagreta	Ensalada de arroz
	KCAL 398	KCAL 457	KCAL 507	KCAL 1010	KCAL 686
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Lomo de cerdo al horno	Ragout de pollo guisado al estilo tradicional	Filete de pollo asado con ajito y perejil fresco	Tortilla francesa	Lentejas estofadas al estilo tradicional
	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.
	Zanahoria dado rehogada 23	Guisantes salteados con ajito y cebolla pochada 21	Ensalada de lechuga y maíz 32	Ensalada de lechuga y tomate 33	29
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur natural
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 de temporada
	KCAL 567	KCAL 443	KCAL 602	KCAL 525	KCAL 454
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Contramuslo de pollo asado con limón y pimienta	Albóndigas mixtas guisadas a la jardinera	Tortilla francesa	Fusilli integrales con boloñesa vegetariana	Ragout de pollo guisado al estilo tradicional
	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.	Prot.
	Ensalada de lechuga y zanahoria 30	Zanahoria dado rehogada 22	Ensalada de tomate 20	17	Ensalada de lechuga y maíz 23
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur natural
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 536	KCAL 616	KCAL 699	KCAL 513	KCAL 684
	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.	Carb.
	Filete de pollo asado con un punto de mostaza	Tortilla francesa	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 28	Ensalada de lechuga y zanahoria 21	Ensalada de lechuga y tomate 29	16	Patatas fritas crujientes 29
	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.	Lip.
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Helado