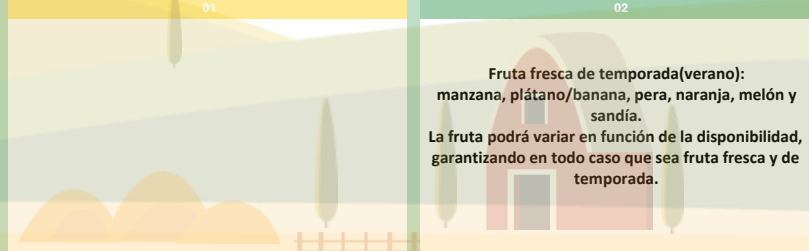


LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	 Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
Kcal: 893,691 prot (g): 29,287 lip (g): 43,821 hc (g): 91,38	Kcal: 457,62 prot (g): 19,608 lip (g): 11,73 hc (g): 65,03	Kcal: 627,522 prot (g): 23,611 lip (g): 24,225 hc (g): 72,178	Kcal: 503,526 prot (g): 25,178 lip (g): 18,418 hc (g): 54,808	Kcal: 626,331 prot (g): 21,186 lip (g): 18,38 hc (g): 87,402
14	15	16	17	18
 Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero con picatostes	Alubias blancas con verduras
Salmón al horno con eneldo	Tortilla francesa	Pizza de boloñesa de lentejas casera	Jamonicitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	 Lechuga y maíz dulce	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
Kcal: 559,922 prot (g): 24,169 lip (g): 19,78 hc (g): 66,498	Kcal: 570,879 prot (g): 24,102 lip (g): 17,464 hc (g): 80,256	Kcal: 658,016 prot (g): 20,344 lip (g): 27,649 hc (g): 76,68	Kcal: 615,531 prot (g): 35,221 lip (g): 24,395 hc (g): 59,707	Kcal: 566,696 prot (g): 32,811 lip (g): 18,163 hc (g): 59,859
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos primavera	Crema suave de calabacín	 Guiso de lentejas con arroz integral	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Coditos con boloñesa vegetal gratinados con queso	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín salteado	 Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Patata panadera al horno
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
Kcal: 677,907 prot (g): 27,961 lip (g): 28,639 hc (g): 75,025	Kcal: 625,365 prot (g): 26,368 lip (g): 33,823 hc (g): 48,447	Kcal: 605,38 prot (g): 24,897 lip (g): 15,679 hc (g): 87,794	Kcal: 623,346 prot (g): 34,201 lip (g): 18,886 hc (g): 74,277	Kcal: 490,5 prot (g): 30,332 lip (g): 20,013 hc (g): 44,31
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Alubias pintas guisadas con chorizo	Sopa de estrellas con caldo casero		
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado en su jugo		
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		
Kcal: 493,483 prot (g): 25,31 lip (g): 17,529 hc (g): 54,727	Kcal: 690,297 prot (g): 20,724 lip (g): 32,495 hc (g): 68,518	Kcal: 542,916 prot (g): 29,893 lip (g): 17,488 hc (g): 63,724	Fruta fresca de temporada(verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada.	

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.

02 Convivencia

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

03 Sostenibilidad

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

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

Legumbres



Para cenar puede ser...

Pasta/Arroz

Verdura

Verdura



Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...



Huevo

Pescado

Legumbres

carne



Para cenar puede ser...

carne

Huevo

Verdura

Huevo



Pescado

carne

Huevo

Pescado

Fruta



lácteo

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

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

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Garbanzos salteados con cebolla	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Alubias al ajillo	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Alubias pintas guisadas con chorizo	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPUSTACEOS	CACAHUTES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANNO	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUCES	SUIFITOS
Sin frutos secos	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Guiso de patatas a la riojana														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Salteado de brócoli con york														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Alubias pintas guisadas con chorizo														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Garbanzos salteados con cebolla	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduras	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Alubias al ajillo	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Alubias pintas guisadas con chorizo	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPUSTACEOS	CACAHUTES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUCES	SUIFITOS
Sin frutos secos, n	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
		Miércoles	Guarnición	0														
			Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
		Jueves	Guarnición	0														
			Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
		Viernes	Guarnición	#¡VALOR!														
			Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
	Semana 2	Lunes	Guarnición	0														
			Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
		Martes	Guarnición	Patatas fritas														
			Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
		Miércoles	Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
			Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
		Jueves	Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
			Primero	Crema de verduras y hortalizas														
		Viernes	Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
			Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
	Semana 3	Lunes	Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
			Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
		Martes	Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
			Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
		Miércoles	Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
			Primero	Guiso de patatas a la riojana														
		Jueves	Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
			Primero	Gazpacho casero														
		Viernes	Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
			Primero	Alubias blancas con verduras														
	Semana 4	Lunes	Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
			Primero	Paella de verduritas														
		Martes	Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
			Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
		Miércoles	Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
			Primero	Crema suave de calabacín														
		Jueves	Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
			Primero	Guiso de lentejas con arroz														
		Viernes	Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
			Primero	Salteado de brócoli con york														
	Semana 5	Lunes	Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
			Primero	Crema de verduras y hortalizas														
		Martes	Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
			Primero	Alubias pintas guisadas con chorizo														
		Miércoles	Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
			Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
		Jueves	Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
			Primero	-														
		Viernes	Segundo	-														
			Guarnición	-														
			Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero con picatostes	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Pizza de boloñesa de lentejas casera	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Coditos con boloñesa vegetal gratinados con queso	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Alubias pintas guisadas con chorizo	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada pelada y pan de horno tradicional		

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin melocotón y derivados (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	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPÓDOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUIFITOS
Sin melocotón y di	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Guiso de patatas a la riojana														
			Segundo	Pizza de boloñesa de lentejas casera														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero con picatostes														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Coditos con boloñesa vegetal gratinados cc														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Salteado de brócoli con york														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Alubias pintas guisadas con chorizo														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero con picatostes	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Pizza de boloñesa de lentejas casera	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Coditos con boloñesa vegetal gratinados con queso	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Alubias pintas guisadas con chorizo	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUIFITOS
Sin kiwi	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
	Semana 2	Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Lunes	Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
	Semana 3	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
		Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
	Semana 4	Miércoles	Primero	Guiso de patatas a la riojana														
			Segundo	Pizza de boloñesa de lentejas casera														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero con picatostes														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
	Semana 5	Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Coditos con boloñesa vegetal gratinados cc														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Salteado de brócoli con york														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 6	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Alubias pintas guisadas con chorizo														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 7	Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Cinta de lomo fresco asado en su jugo	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Garbanzos salteados con cebolla	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduras	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Alubias al ajillo	Tortilla francesa	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Alubias pintas guisadas con chorizo	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUCES	SUIZOS
Sin frutos secos, n	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Guiso de patatas a la riojana														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Salteado de brócoli con york														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Alubias pintas guisadas con chorizo														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con tomate, pimiento, cebolla y aceitunas
Albóndigas mixtas a la española	Cinta de lomo fresco asado en su jugo	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero	Alubias blancas con verduras
Chuleta de sajonia horno/plancha	Tortilla francesa	Pizza de boloñesa de lentejas casera	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Coditos con boloñesa vegetal gratinados con queso	Tortilla francesa	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Alubias pintas guisadas con chorizo	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUTES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUCES	SUIZOS
Sin pescado, marí	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con tomate, pimiento, c														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Chuleta de sajonia horno/plancha														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Guiso de patatas a la riojana														
			Segundo	Pizza de boloñesa de lentejas casera														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Coditos con boloñesa vegetal gratinados cc														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Salteado de brócoli con york														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Alubias pintas guisadas con chorizo														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con tomate, pimiento, cebolla y aceitunas
Albóndigas mixtas a la española	Cinta de lomo fresco asado en su jugo	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero	Alubias blancas con verduras
Chuleta de sajonia horno/plancha	Tortilla francesa	Pizza de boloñesa de lentejas casera	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Alubias al ajillo	Tortilla francesa	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Alubias pintas guisadas con chorizo	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca autorizada y pan de horno tradicional		

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin frutos secos, pescado, y productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUTES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUCES	SUIFITOS
Sin frutos secos, p	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con tomate, pimiento, c														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Chuleta de sajonia horno/plancha														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Guiso de patatas a la riojana														
			Segundo	Pizza de boloñesa de lentejas casera														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Salteado de brócoli con york														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Alubias pintas guisadas con chorizo														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con lechuga y atún Hamburguesa de ave con salsa de tomate Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Guiso de lentejas con verduras Tortilla de patata Tomate fresco aliñado Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Crema de verduras y hortalizas Contramuslo de pollo asado con finas hierbas Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) - Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana Salmon al horno con eneldo Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Arroz con pollo y champiñones Tortilla francesa Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Patatas guisadas con sofrito de verduras Pizza de boloñesa de lentejas casera Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Gazpacho casero con picatostes Jamoncitos de pollo a la cazadora Patatas al vapor Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Alubias blancas con verduras Cinta de lomo fresco asado en su jugo Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas Revuelto de huevo y queso fundido Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz) Hamburguesa de pollo a la plancha Calabacín al horno Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Crema suave de calabacín Coditos con boloñesa vegetal gratinados con queso Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de lentejas con arroz Merluza en adobo de limón frito Lechuga y tomate fresco Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Brócoli al vapor Pollo al ajillo Lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas Merluza a la plancha con ajo y perejil Zanahoria rallada con maíz Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de alubias pintas con verduras Tortilla de patata Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Sopa de ave con fideos integrales Pollo asado a la naranja con cebolla Patatas asadas con ajo y tomillo Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUTES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUIFITOS
No cerdo	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
	Semana 2	Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Lunes	Primero	Ensalada de espirales con lechuga y atún														
			Segundo	Hamburguesa de ave con salsa de tomate														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
	Semana 3	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
		Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz con pollo y champiñones														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
	Semana 4	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Pizza de boloñesa de lentejas casera														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero con picatostes														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
	Semana 5	Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa de pollo a la plancha														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Coditos con boloñesa vegetal gratinados cc														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 6	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Merluza a la plancha con ajo y perejil														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de ave con fideos integrales														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Semana 7	Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de lentejas con verduras	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas al vapor	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Patatas guisadas con sofrito de verduras	Gazpacho casero	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Garbanzos salteados con cebolla	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Brócoli al vapor
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Alubias al ajillo	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Cinta de lomo fresco asado en su jugo	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUZES	SUIZOS
Sin grasas, sin azú	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con queso fresco	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Guiso de patatas a la riojana	Gazpacho casero con picatostes	Judías verdes salteadas al ajillo
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Pizza de boloñesa de lentejas casera	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduras	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Salteado de brócoli con york
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Coditos con boloñesa vegetal gratinados con queso	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Crema de garbanzos	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUIZOS
Sin alubias	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales con queso fresco														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Guiso de patatas a la riojana														
			Segundo	Pizza de boloñesa de lentejas casera														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero con picatostes														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Judías verdes salteadas al ajillo														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Coditos con boloñesa vegetal gratinados cc														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Salteado de brócoli con york														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Crema de garbanzos														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales sin gluten con lechuga y atún Albóndigas mixtas a la española Patatas fritas Yogur natural y pan de horno tradicional	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Lechuga y remolacha Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Lentejas guisadas con verduras y bacon Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur natural y pan de horno tradicional	Crema de verduras y hortalizas Contramuslo de pollo asado con finas hierbas Patata panadera al horno Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) - Yogur natural y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana Salmón al horno con eneldo Zanahoria dado salteada Yogur natural y pan de horno tradicional	Arroz a la cazuela con magro de cerdo Tortilla francesa Ensalada de lechuga Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Guiso de patatas a la riojana Pizza de boloñesa de lentejas casera Ensalada de lechuga Yogur natural y pan de horno tradicional	Gazpacho casero con picatostes Jamoncitos de pollo a la cazadora Patatas al vapor Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Judías verdes salteadas al ajillo Cinta de lomo fresco asado en su jugo Lechuga y remolacha Yogur natural y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas Revuelto de huevo y queso fundido Ensalada de col fresca Yogur natural y pan de horno tradicional	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz) Hamburguesa mixta al horno Calabacín al horno Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Crema suave de calabacín Coditos con boloñesa vegetal gratinados con queso Lechuga y pepino Yogur natural y pan de horno tradicional	Guiso de lentejas con arroz Merluza en adobo de limón frito Ensalada de lechuga Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Salteado de brócoli con york Pollo al ajillo Lechuga y zanahoria rallada Yogur natural y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas Cinta de lomo fresco asado en su jugo Zanahoria rallada con maíz Yogur natural y pan de horno tradicional	Alubias pintas guisadas con chorizo Tortilla de patata Ensalada de lechuga Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Sopa de estrellas con caldo casero Pollo asado con cebolla y pimiento Patatas asadas con ajo y tomillo Yogur natural y pan de horno tradicional		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin fruta, tomate natural, al

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	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUZES	SUIZOS
Sin fruta, tomate r	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
	Semana 2	Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Lunes	Primero	Ensalada de espirales sin gluten con lechuga														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Ensalada de lechuga														
	Semana 3	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramusco de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
		Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Ensalada de lechuga														
	Semana 4	Miércoles	Primero	Guiso de patatas a la riojana														
			Segundo	Pizza de boloñesa de lentejas casera														
			Guarnición	Ensalada de lechuga														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero con picatostes														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Judías verdes salteadas al ajillo														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
	Semana 5	Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, Hamburguesa mixta al horno														
			Segundo	Calabacín al horno														
			Guarnición	Crema suave de calabacín														
		Miércoles	Primero	Coditos con boloñesa vegetal gratinados cc														
			Segundo	Lechuga y pepino														
			Guarnición	Guiso de lentejas con arroz														
		Jueves	Primero	Merluza en adobo de limón frito														
			Segundo	Ensalada de lechuga														
			Guarnición	Salteado de brócoli con york														
		Viernes	Primero	Pollo al ajillo														
			Segundo	Lechuga y zanahoria rallada														
			Guarnición	Crema de verduras y hortalizas														
	Semana 6	Lunes	Primero	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Segundo	Zanahoria rallada con maíz														
			Guarnición	Alubias pintas guisadas con chorizo														
		Martes	Primero	Tortilla de patata														
			Segundo	Ensalada de lechuga														
			Guarnición	Sopa de estrellas con caldo casero														
		Miércoles	Primero	Pollo asado con cebolla y pimienta														
			Segundo	Patatas asadas con ajo y tomillo														
			Guarnición	-														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Viernes	Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales sin gluten con lechuga y atún	Arroz integral con salsa de tomate casera	Guiso de alubias blancas con verduras	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
14	15	16	17	18
Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Patatas guisadas con sofrito de verduras	Gazpacho con pan sin gluten	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Garbanzos salteados con cebolla	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Yogur natural y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de garbanzos con verduras	Brócoli al vapor
Revuelto de huevo y queso fundido	Hamburguesa mixta al horno	Alubias al ajillo	Filete de merluza al horno	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Yogur natural y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de ave con fideos sin gluten		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUIZOS
Sin gluten	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales sin gluten con lechuga														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho con pan sin gluten														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de garbanzos con verduras														
			Segundo	Filete de merluza al horno														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de ave con fideos sin gluten														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales sin gluten con lechuga y atún Albóndigas mixtas a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Guiso de alubias blancas con verduras Tortilla de patata Tomate fresco aliñado Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Crema de verduras y hortalizas Contramuslo de pollo asado con finas hierbas Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) - Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
14	15	16	17	18
Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera Salmón al horno con eneldo Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Arroz a la cazuela con magro de cerdo Tortilla francesa Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Patatas guisadas con sofrito de verduras Garbanzos salteados con cebolla Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Gazpacho con pan sin gluten Jamoncitos de pollo a la cazadora Patatas al vapor Yogur natural y pan sin gluten	Alubias blancas con verduras Cinta de lomo fresco asado en su jugo Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
21	22	23	24	25
Paella de verduritas Revuelto de huevo y queso fundido Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz) Hamburguesa mixta al horno Calabacín al horno Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Crema suave de calabacín Alubias al ajillo Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Guiso de garbanzos con verduras Filete de merluza al horno Lechuga y tomate fresco Yogur natural y pan sin gluten	Brócoli al vapor Pollo al ajillo Lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas Magro de cerdo en salsa de manzana Zanahoria rallada con maíz Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de alubias pintas con verduras Tortilla de patata Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Sopa de ave con fideos sin gluten Pollo asado a la naranja con cebolla Patatas asadas con ajo y tomillo Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEBUSTACEOS	CACAHUTES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUCES	SUIFITOS
Sin gluten, fs, cac	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
	Semana 2	Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Lunes	Primero	Ensalada de espirales sin gluten con lechuga														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
	Semana 3	Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
		Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
	Semana 4	Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho con pan sin gluten														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Revuelto de huevo y queso fundido														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
	Semana 5	Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de garbanzos con verduras														
			Segundo	Filete de merluza al horno														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 6	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de ave con fideos sin gluten														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales sin gluten con lechuga y atún Albóndigas mixtas a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Guiso de alubias blancas con verduras Cinta de lomo con salsa de tomate Tomate fresco aliñado Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Crema de verduras y hortalizas Contramuslo de pollo asado con finas hierbas Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) - Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
14	15	16	17	18
Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera Salmón al horno con eneldo Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Arroz a la cazuela con magro de cerdo Tortilla francesa Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Patatas guisadas con sofrito de verduras Garbanzos salteados con cebolla Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Gazpacho con pan sin gluten Jamoncitos de pollo a la cazadora Patatas al vapor Yogur natural y pan sin gluten	Alubias blancas con verduras Cinta de lomo fresco asado en su jugo Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan sin gluten
21	22	23	24	25
Paella de verduritas Cinta de lomo fresco asado en su jugo Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz) Hamburguesa mixta al horno Calabacín al horno Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Crema suave de calabacín Alubias al ajillo Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Guiso de garbanzos con verduras Filete de merluza al horno Lechuga y tomate fresco Yogur natural y pan sin gluten	Brócoli al vapor Pollo al ajillo Lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas Magro de cerdo en salsa de manzana Zanahoria rallada con maíz Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de alubias pintas con verduras Merluza a la plancha con ajo y perejil Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan sin gluten	Sopa de ave con fideos sin gluten Pollo asado a la naranja con cebolla Patatas asadas con ajo y tomillo Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUIZOS
Sin gluten, no tortillas	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales sin gluten con lechuga														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Guiso de alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo con salsa de tomate														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramusco de pollo asado con finas hierbas														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, acorn														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate														
			Segundo	Salmón al horno con ensalada														
			Guarnición	Zanahoria dado saltado														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos saltados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho con pan sin gluten														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, acorn)														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de garbanzos con verduras														
			Segundo	Filete de merluza al horno														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Merluza a la plancha con ajo y perejil														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de ave con fideos sin gluten														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales sin gluten con lechuga y atún Albóndigas mixtas a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Guiso de lentejas con verduras Cinta de lomo con salsa de tomate Tomate fresco aliñado Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Crema de verduras y hortalizas Contramuslo de pollo asado con finas hierbas Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) - Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera Salmón al horno con eneldo Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Arroz a la cazuela con magro de cerdo Filete de merluza al horno Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Patatas guisadas con sofrito de verduras Garbanzos salteados con cebolla Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Gazpacho casero Jamoncitos de pollo a la cazadora Patatas al vapor Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Alubias blancas con verduras Cinta de lomo fresco asado en su jugo Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas Cinta de lomo fresco asado en su jugo Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz) Hamburguesa mixta al horno Calabacín al horno Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Crema suave de calabacín Alubias al ajillo Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de lentejas con arroz Merluza en adobo de limón frito Lechuga y tomate fresco Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Brócoli al vapor Pollo al ajillo Lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas Magro de cerdo en salsa de manzana Zanahoria rallada con maíz Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de alubias pintas con verduras Merluza a la plancha con ajo y perejil Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Sopa de ave con fideos sin gluten Pollo asado a la naranja con cebolla Patatas asadas con ajo y tomillo Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea 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	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PECADO	MOLUSCOS	CRUSTACEOS	CACAHUETES	FRITOS CÁSCARA	SOJA	SESAMO	MOSTAZA	ARRO	ALTRAMUCES	SULFITOS
Sin huevo	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales sin gluten con lechug														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Guiso de lentejas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo con salsa de tomate														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Filete de merluza al horno														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Merluza a la plancha con ajo y perejil														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de ave con fideos sin gluten														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

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
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales sin gluten con lechuga y atún Albóndigas mixtas a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Lentejas guisadas con verduras y bacon Cinta de lomo con salsa de tomate Tomate fresco aliñado Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Crema de verduras y hortalizas Contramuslo de pollo asado con finas hierbas Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) - Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera Salmón al horno con eneldo Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Arroz a la cazuela con magro de cerdo Filete de merluza al horno Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Patatas guisadas con sofrito de verduras Garbanzos salteados con cebolla Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Gazpacho casero Jamoncitos de pollo a la cazadora Patatas al vapor Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Alubias blancas con verduras Cinta de lomo fresco asado en su jugo Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas Cinta de lomo fresco asado en su jugo Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz) Hamburguesa mixta al horno Calabacín al horno Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Crema suave de calabacín Alubias al ajillo Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de lentejas con arroz Merluza en adobo de limón frito Lechuga y tomate fresco Yogur natural y pan integral de horno tradicional	Brócoli al vapor Pollo al ajillo Lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas Magro de cerdo en salsa de manzana Zanahoria rallada con maíz Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de alubias pintas con verduras Merluza a la plancha con ajo y perejil Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Sopa de ave con fideos sin gluten Pollo asado a la naranja con cebolla Patatas asadas con ajo y tomillo Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.

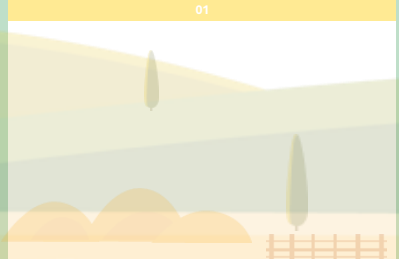
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUIFITOS
Sin huevo, sin fs	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales sin gluten con lechuga														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Cinta de lomo con salsa de tomate														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Filete de merluza al horno														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Merluza a la plancha con ajo y perejil														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de ave con fideos sin gluten														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con lechuga y atún	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones integrales a la napolitana	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Patatas guisadas con sofrito de verduras	Gazpacho casero	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Garbanzos salteados con cebolla	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur de soja y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduras	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Brócoli al vapor
Tortilla francesa	Hamburguesa mixta al horno	Alubias al ajillo	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur de soja y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPUSTACEOS	CACAHUTES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	AIJO	ALTRAMUCES	SUIFITOS
Sin plv	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales con lechuga y atún														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones integrales a la napolitana														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales sin gluten con lechuga y atún Albóndigas mixtas a la española Patatas fritas Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Arroz integral con salsa de tomate casera Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón) Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Lentejas guisadas con verduras y bacon Cinta de lomo con salsa de tomate Tomate fresco aliñado Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Crema de verduras y hortalizas Contramuslo de pollo asado con finas hierbas Patata panadera al horno Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo) - Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera Salmón al horno con eneldo Zanahoria dado salteada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Arroz a la cazuela con magro de cerdo Filete de merluza al horno Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Patatas guisadas con sofrito de verduras Garbanzos salteados con cebolla Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Gazpacho casero Jamoncitos de pollo a la cazadora Patatas al vapor Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Alubias blancas con verduras Cinta de lomo fresco asado en su jugo Lechuga y remolacha Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas Cinta de lomo fresco asado en su jugo Ensalada de col fresca Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz) Hamburguesa mixta al horno Calabacín al horno Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Crema suave de calabacín Alubias al ajillo Lechuga y pepino Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de lentejas con arroz Merluza en adobo de limón frito Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Brócoli al vapor Pollo al ajillo Lechuga y zanahoria rallada Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas Magro de cerdo en salsa de manzana Zanahoria rallada con maíz Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Guiso de alubias pintas con verduras Merluza a la plancha con ajo y perejil Lechuga y tomate fresco Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Sopa de ave con fideos sin gluten Pollo asado a la naranja con cebolla Patatas asadas con ajo y tomillo Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	AJO	ALTRAMUZES	SUIFITOS
Sin huevo, plv, fs	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
		Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
	Semana 2	Lunes	Primero	Ensalada de espirales sin gluten con lechuga														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Cinta de lomo con salsa de tomate														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
		Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
	Semana 3	Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Filete de merluza al horno														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
		Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
	Semana 4	Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
	Semana 5	Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Merluza a la plancha con ajo y perejil														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de ave con fideos sin gluten														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
		Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
31	01	02	03	04
VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
				
07	08	09	10	11
Ensalada de espirales con lechuga y atún	Arroz integral con salsa de tomate casera	Lentejas guisadas con verduras y bacon	Crema de verduras y hortalizas	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, aceitunas y atún
Albóndigas mixtas a la española	Merluza a la bilbaína (ajo, pimentón)	Tortilla de patata	Contramuslo de pollo asado con finas hierbas	Ropa vieja (garbanzo, patata, tomate, pollo)
Patatas fritas	Lechuga y remolacha	Tomate fresco aliñado	Patata panadera al horno	-
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
14	15	16	17	18
Macarrones sin gluten con salsa de tomate casera	Arroz a la cazuela con magro de cerdo	Patatas guisadas con sofrito de verduras	Gazpacho casero	Alubias blancas con verduras
Salmon al horno con eneldo	Tortilla francesa	Garbanzos salteados con cebolla	Jamoncitos de pollo a la cazadora	Cinta de lomo fresco asado en su jugo
Zanahoria dado salteada	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y tomate fresco	Patatas al vapor	Lechuga y remolacha
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur de soja y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
21	22	23	24	25
Paella de verduritas	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria, maíz)	Crema suave de calabacín	Guiso de lentejas con arroz	Brócoli al vapor
Tortilla francesa	Hamburguesa mixta al horno	Alubias al ajillo	Merluza en adobo de limón frito	Pollo al ajillo
Ensalada de col fresca	Calabacín al horno	Lechuga y pepino	Lechuga y tomate fresco	Lechuga y zanahoria rallada
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Yogur de soja y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional
28	29	30	01	02
Crema de verduras y hortalizas	Guiso de alubias pintas con verduras	Sopa de estrellas con caldo casero		Fruta fresca de temporada (verano): manzana, plátano/banana, pera, naranja, melón y sandía. La fruta podrá variar en función de la disponibilidad, garantizando en todo caso que sea fruta fresca y de temporada, EXCEPTO FRUTAS QUE CAUSEN ALERGIA.
Magro de cerdo en salsa de manzana	Tortilla de patata	Pollo asado a la naranja con cebolla		
Zanahoria rallada con maíz	Lechuga y tomate fresco	Patatas asadas con ajo y tomillo		
Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan integral de horno tradicional	Fruta fresca de temporada y pan de horno tradicional		

Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PERCADO	MOLUSCOS	CEPHALOPODOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	GRANOS	MOSTAZA	APIO	ALTRAMUZES	SUIFITOS
Sin lactosa	Semana 1	Lunes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Martes	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Miércoles	Primero	0														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Jueves	Primero	#¡VALOR!														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	#¡VALOR!														
	Semana 2	Viernes	Primero	Lunes														
			Segundo	VACACIONES DE VERANO														
			Guarnición	0														
		Lunes	Primero	Ensalada de espirales con lechuga y atún														
			Segundo	Albóndigas mixtas a la española														
			Guarnición	Patatas fritas														
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate casera														
			Segundo	Merluza a la bilbaina (ajo, pimentón)														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Miércoles	Primero	Lentejas guisadas con verduras y bacon														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Tomate fresco aliñado														
		Jueves	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Contramuslo de pollo asado con finas hiert														
			Guarnición	Patata panadera al horno														
	Semana 3	Viernes	Primero	Ensalada de patata con maíz, zanahoria, ac														
			Segundo	Ropa vieja (garbanzo, patata,tomate, pollo)														
			Guarnición	-														
		Lunes	Primero	Macarrones sin gluten con salsa de tomate														
			Segundo	Salmón al horno con eneldo														
			Guarnición	Zanahoria dado salteada														
		Martes	Primero	Arroz a la cazuela con magro de cerdo														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Patatas guisadas con sofrito de verduras														
			Segundo	Garbanzos salteados con cebolla														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Jueves	Primero	Gazpacho casero														
			Segundo	Jamoncitos de pollo a la cazadora														
			Guarnición	Patatas al vapor														
	Semana 4	Viernes	Primero	Alubias blancas con verduras														
			Segundo	Cinta de lomo fresco asado en su jugo														
			Guarnición	Lechuga y remolacha														
		Lunes	Primero	Paella de verduritas														
			Segundo	Tortilla francesa														
			Guarnición	Ensalada de col fresca														
		Martes	Primero	Ensalada de garbanzos (pepino, zanahoria,														
			Segundo	Hamburguesa mixta al horno														
			Guarnición	Calabacín al horno														
		Miércoles	Primero	Crema suave de calabacín														
			Segundo	Alubias al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y pepino														
		Jueves	Primero	Guiso de lentejas con arroz														
			Segundo	Merluza en adobo de limón frito														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
	Semana 5	Viernes	Primero	Brócoli al vapor														
			Segundo	Pollo al ajillo														
			Guarnición	Lechuga y zanahoria rallada														
		Lunes	Primero	Crema de verduras y hortalizas														
			Segundo	Magro de cerdo en salsa de manzana														
			Guarnición	Zanahoria rallada con maíz														
		Martes	Primero	Guiso de alubias pintas con verduras														
			Segundo	Tortilla de patata														
			Guarnición	Lechuga y tomate fresco														
		Miércoles	Primero	Sopa de estrellas con caldo casero														
			Segundo	Pollo asado a la naranja con cebolla														
			Guarnición	Patatas asadas con ajo y tomillo														
		Jueves	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														
	Viernes	Viernes	Primero	-														
			Segundo	-														
			Guarnición	-														