

Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

MENÚ BASAL MES JUNIO

1 Macarrones carbonara (1,3,7)
Merluza al horno con ensalada (4)
Fruta y leche
Pasta carbonara
Bake hake with salad
Fruit and milk
764 Kcal; 32 gr Prot; 91 gr HC; 33 gr Líp

2 Puré de verduras
Pollo asado con zanahoria
Yogur(7)
Vegetables cream
Roast chicken with carrot
Dairy dessert
626 Kcal; 27 gr Prot; 77 gr HC; 25 gr Líp

3 Patatas Riojana
Daditos de bacalao (3,1,2,4,14)
Fruta y leche (7)
Riojan Potatoes
Breaded cod
Fruit and milk
862 Kcal; 29 gr Prot; 92 gr HC; 43 gr Líp

4 Judías pintas guisadas
Cinta de lomo con patatas
Helado (7)
Stew beans
Fillet loin with chips
Ice cream
579 Kcal; 33 gr Prot; 83 gr HC; 14 gr Líp

7 Arroz con pollo
Caballa con ensalada de tomate (4)
Postre lacteo (7)
Chicken rice
Mackerel with tomato salad
Dairy dessert
857 Kcal; 45 gr Prot; 96 gr HC; 35 gr Líp

8 Judías verdes salteadas
San jacobos con ensalada (3,1,2,7,14,)
Fruta y leche
Sautéed green beans
San jacobos with salad
Fruit and milk
507 Kcal; 17 gr Prot; 82 gr HC; 14 gr Líp

9 Cocido madrileño completo (1,3)
Fruta y leche (7)
Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert
818 Kcal; 37 gr Prot; 121 gr HC; 24 gr Líp

10 Crema de zanahoria
Salchichas frescas de pollo
Fruta y leche (7)
Carrot cream
Chicken sausages
Fruit and milk
602 Kcal; 34 gr Prot; 73 gr HC; 21 gr Líp

11 Ensalada de pasta (jamón y queso) (1,3,7)
Hamburguesa con patatas
Helado (7)
Pasta salad (ham and cheese)
Burger with chips
Ice cream
969 Kcal; 39 gr Prot; 128 gr HC; 35 gr Líp

14 Lentejas castellanas
Palitos de pescado (1, 2,3, 4,7)
Postre lacteo(7)
Castellanas Lentils
Breaded fish with salad
Dairy dessert
725 Kcal; 29 gr Prot; 97 gr HC; 27 gr Líp

15 Menestra de verduras
Albóndigas guisadas con patatas (6)
Fruta y leche (7)
Vegetable stew
Stew meatballs with chips
Fruit and milk
676 Kcal; 31 gr Prot; 71 gr HC; 30 gr Líp

16 Códitos con tomate
Filete de pollo con lechuga
Postre lacteo (7)
Pasta with tomato sauce
Chicken fillet with lettuce
Dairy dessert
735 Kcal; 42 gr Prot; 98 gr HC; 21 gr Líp

17 Arroz con verduras
Atún con tomate (4)
Fruta y leche (7)
Rice with vegetables
Tuna with tomato
Fruit and milk
728 Kcal; 48 gr Prot; 101 gr HC; 18 gr Líp

18 Crema de calabaza
Magro guisado a la jardinera
Helado (7)
Pumpkin cream
Stew pork with vegetables
Ice cream
763 Kcal; 43 gr Prot; 78 gr HC; 33 gr Líp

21 Fideua con pollo (1,2,3,
San jacobos con ensalada (3,1,2,7,14,)
Postre lácteo (7)
Fideua with chicken
San jacobos with salad
Dairy dessert
771 Kcal; 29 gr Prot; 120 gr HC; 22 gr Líp

22 Alubias blancas con chorizo
Tortilla de patata con ensalada (3)
Fruta y Leche
White beans with chorizo
Spanish omelette with salad
Fruit and milk
678 Kcal; 29 gr Prot; 98 gr HC; 21 gr Líp

23 Arroz con tomate
Merluza al horno con zanahoria baby (4)
Postre lacteo (7)
Rice with tomato sauce
Baked hake with baby carrot
Dairy dessert
714 Kcal; 31 gr Prot; 102 gr HC; 22 gr Líp

24 Croquetas y empanadillas (1,2,3,4,7,14)
Pizza (1,6,7)
Helado(7)
Croquettes, patty
Pizza
Ice cream
687 Kcal; 23 gr Prot; 96 gr HC; 24 gr Líp

ALÉRGENOS

- 1 gluten
- 2 crustáceos
- 3 huevo
- 4 pescado
- 5 cacahuete
- 6 soja
- 7 lácteos
- 8 frutos secos
- 9 apio
- 10 mostaza
- 11 sésamo
- 12 sulfitos
- 13 altramuces
- 14 moluscos

MENÚ MES JUNIO sin gluten sin lactosa

1 Macarrones (sin gluten) tomate jamón
Merluza al horno con ensalada
Fruta y bebida de soja
Pasta with ham and tomato sauce
Bake hake with salad
Fruit and soy drink

2 Puré de verduras
Pollo asado con zanahoria
Postre de soja
Vegetables cream
Roast chicken with carrot
Soy dessert

3 Patatas Riojana
Bacalao al horno (4)
Fruta y bebida de soja
Riojan Potatoes
Baked cod
Fruit and soy drink

4 Judías pintas guisadas
Cinta de lomo con patatas
Postre de soja
Stew beans
Fillet loin with chips
Soy dessert

7 Arroz con pollo
Caballa con ensalada de tomate (4)
Postre de soja
Chicken rice
Mackerel with tomato salad
Soy dessert

8 Judías verdes salteadas
Cinta de lomo a la plancha con ensalada
Fruta y bebida de soja
Sautéed green beans
Grilled loin with salad
Fruit and soy drink

9 Cocido madrileño (fideos sin gluten) completo
Fruta y bebida de soja
Madrid style broth
Meat and chickpeas
Soy dessert

10 Crema de zanahoria
Salchichas frescas de pollo
Fruta y bebida de soja
Carrot cream
Chicken sausages
Fruit and soy drink

11 Ensalada de pasta (sin gluten) y jamón
Hamburguesa con patatas
Postre de soja
Pasta salad (ham)
Burger with chips
Soy dessert

14 Lentejas castellanas
Pescado a la plancha con ensalada (4)
Postre de soja
Castellanas Lentils
Grilled fish with salad
Soy dessert

15 Menestra de verduras
Albóndigas guisadas con patatas (6)
Fruta y bebida de soja
Vegetable stew
Stew meatballs with chips
Fruit and soy drink

16 Cuditos (sin gluten) con tomate
Filete de pollo con lechuga
Postre de soja
Pasta with tomato sauce
Chicken fillet with lettuce
Soy dessert

17 Arroz con verduras
Atún con tomate (4)
Fruta y bebida de soja
Rice with vegetables
Tuna with tomato
Fruit and soy drink

18 Crema de calabaza
Magro guisado a la jardinera
Postre de soja
Pumpkin cream
Stew pork with vegetables
Soy dessert

21 Fideua (sin gluten) con pollo
Hamburguesa con ensalada
Postre de soja
Fideua with chicken
Burger with salad
Soy dessert

22 Alubias blancas con chorizo
Tortilla de patata con ensalada (3)
Fruta y bebida de soja
White beans with chorizo
Spanish omelette with salad
Fruit and soy dessert

23 Arroz con tomate
Merluza al horno con zanahoria (4)
Postre de soja
Rice with tomato sauce
Baked hake with baby carrot
Soy dessert

24 Ensalada mixta con huevo (3)
Pizza (sin gluten y sin lactosa)
Helado de soja
Mixed salad eggs
Pizza
Soy Ice cream



Lunes/Monday

Martes/Tuesday

Miércoles/Wednesday

Jueves/Thursday

Viernes/Friday

MENÚ MES JUNIO SIN PESCADO

1 Macarrones carbonara (1,3,7)
Hamburguesa al horno con ensalada
Fruta y leche
Pasta carbonara
Burger with salad
Fruit and milk

2 Puré de verduras
Pollo asado con zanahoria
Yogur(7)
Vegetable cream
Roast chicken with carrot
Dairy dessert

3 Patatas Riojana
Tortilla de queso (3,7)
Fruta y leche (7)
Riojan Potatoes
Omelette with cheese
Fruit and milk

4 Judías pintas guisadas
Cinta de lomo con patatas
Helado (7)
Stew beans
Fillet loin with chips
Ice cream

7 Arroz con pollo
Filete de ternera con ensalada de tomate
Postre lacteo (7)
Chicken rice
Fillet veal with tomato salad
Dairy dessert

8 Judías verdes salteadas
San Jacobo con ensalada (3,1,2,7)
Fruta y leche
Sautéed green beans
San Jacobo with salad
Fruit and milk

9 Cocido madrileño completo (1,3)
Fruta y leche (7)
Madrid style broth
Meat and chickpeas
Dairy dessert

10 Crema de zanahoria
Salchichas frescas de pollo
Fruta y leche (7)
Carrot cream
Chicken sausages
Fruit and milk

11 Ensalada de pasta (jamón y queso) (1,3,7)
Hamburguesa con patatas
Helado (7)
Pasta salad (ham and cheese)
Burger with chips
Ice cream

14 Lentejas castellanas
Filetes de lomo con ensalada
Postre lacteo(7)
Castellanas Lentils
Fillets loin with salad
Dairy dessert

15 Menestra de verduras
Albóndigas guisadas con patatas (6)
Fruta y leche (7)
Vegetable stew
Stew meatballs with chips
Fruit and milk

16 Coditos con tomate (1,3)
Filete de pollo con lechuga
Postre lacteo (7)
Pasta with tomato sauce
Chicken fillet with lettuce
Dairy dessert

17 Arroz con verduras
Tortilla con tomate (3)
Fruta y leche (7)
Rice with vegetables
Omelette with tomato
Fruit and milk

18 Crema de calabaza
Magro guisado a la jardinera
Helado (7)
Pumpkin cream
Stew pork with vegetables
Ice cream

21 Fideua con pollo (1,2,3)
San jacobos con ensalada (3,1,2,7)
Postre lácteo (7)
Fideua with chicken
San jacobos with salad
Dairy dessert

22 Alubias blancas con chorizo
Tortilla de patata con ensalada (3)
Fruta y Leche (7)
White beans with chorizo
Spanish omelette with salad
Fruit and milk

23 Arroz con tomate
Hamburguesa al horno con zanahoria baby
Postre lacteo (7)
Rice with tomato sauce
Burger with baby carrot
Dairy dessert

24 Ensalada mixta con huevo (sin atún)
Pizza (1,6,7)
Helado(7)
Mixed salad, eggs
Pizza
Ice cream

ALÉRGENOS

1 gluten

2 crustáceos

3 huevo

4 pescado

5 cacahuete

6 soja

7 lácteos

8 frutos secos

9 apio

10 mostaza

11 sésamo

12 sulfitos

13 altramuzes

14 moluscos