



easy & good

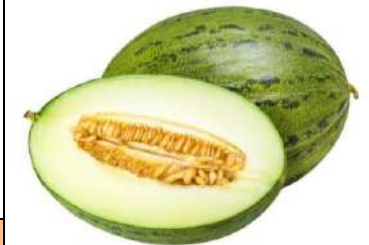
# MENÚ JUNIO 2018

## DESAYUNOS

Leche y cacao<sup>1,7</sup> / Zumos de frutas / Cereales varios<sup>1</sup> / Tostadas<sup>1,6</sup> / Aceite de oliva / Mantequilla / Mermelada

VIERNES 1
<b>CREMA DE PUERROS CON PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (PUERROS, ZANAHORIA, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i> <b>CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE MAÍZ</b> <i>Grilled meat with salad</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 839,23 - HDC: 99,59 gr Prot: 48,82 gr. - Lip: 25,08 gr.
VIERNES 8
<b>MACARRONES/TOMATE Y QUESO<sup>1,3,7</sup></b> (QUESO, TOMATE, CEBOLLA, AJO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i> <b>CAELLA A LA PLANCHA<sup>4</sup> (AJO, PEREJIL)</b> <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled fish fish with potatoes</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE, ZANAHORIA, CEBOLLA) <i>Rice with tomato</i> <b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.	<b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO, ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Lentils with chicken</i> <b>MERLUZA ENHARINADA<sup>1,4</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b> <i>Breaded fish with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.	<b>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i> <b>ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSAS<sup>1,6</sup></b> <b>MENESTRA (JUDÍAS, ALCACH., ZANAHORIA)</b> <i>Meatballs with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	<b>MACARRONES/TOMATE Y QUESO<sup>1,3,7</sup></b> (QUESO, TOMATE, CEBOLLA, AJO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i> <b>CAELLA A LA PLANCHA<sup>4</sup> (AJO, PEREJIL)</b> <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled fish fish with potatoes</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i> <b>LOMO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled meat with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.	<b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (TOMATE, PATATA, MAÍZ, ATÚN) <i>Potatoes salad</i> <b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked chicken with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 850,63 - HDC: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.	<b>ESPAGUETIS/TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (TOMATE, CEBOLLA) <i>Pasta with tomato sauce</i> <b>CAZÓN EMPANADO<sup>1,3,4</sup></b> <b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b> <i>Breaded fish with carrots</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.	<b>JUDÍAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Beans with vegetables</i> <b>TORTILLA DE QUESO<sup>3,7</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Cheese omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.	<b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO, AJO, CEBOLLA, TOMATE) <i>Rice with chicken</i> <b>FOGONERO AL HORNO (CEBOLLA, AJO)<sup>4</sup></b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<b>MACARRONES /TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (TOMATE, CEBOLLA, PIMIENTO) <i>Pasta with tomato sauce</i> <b>MERLUZA SALSAS VERDE<sup>1,4</sup> (HARINA, AJO, PEREJIL)</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	<b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (JAMÓN YORK, ZANAHORIA) <i>Rice with ham and carrots</i> <b>TORTILLA DE PATATAS<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Potatoes omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.	<b>GAZPACHO ANDALUZ<sup>1,6</sup></b> (PIMIENTO, TOMATE, PAN) <i>Gazpacho</i> <b>CROQUETAS DE JAMÓN<sup>1</sup></b> <b>PATATAS FRITAS</b> <i>Ham croquette with chips</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.	



Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuzes, <sup>14</sup>Moluscos



easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN CERDO

## DESAYUNOS

Leche y cacao<sup>1,7</sup> / Zumos de frutas<sup>1</sup> / Cereales varios<sup>1</sup> / Tostadas<sup>1,6</sup> / Aceite de oliva / Mantequilla / Mermelada

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 1
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA) <i>Rice with tomato</i> <b>TORTILLA FRANCESA</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.	<b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO,ZANAHORIA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with chicken</i> <b>MERLUZA ENHARINADA</b> <sup>1,4</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b> <i>Breaded fish with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.	<b>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES</b> <sup>1,6</sup> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>MENESTRA</b> (JUDÍAS,ALCACH.,ZANAHORIA) <i>Grilled chicken with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>1,3</sup> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA,POLLO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas,carrot,chicken</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	<b>MACARRONES/TOMATE Y QUESO</b> <sup>1,3,7</sup> (QUESO,TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i> <b>CAELLA A LA PLANCHA</b> <sup>4</sup> (AJO, PEREJIL) <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled fish fish with potatoes</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 839,23 - HDC: 99,59 gr Prot: 48,82 gr. - Lip: 25,08 gr.
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA,PATATA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled chicken with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.	<b>ENSALADA CAMPERA</b> <sup>4</sup> (TOMATE,PATATA,MAÍZ, ATÚN) <i>Potatoes salad</i> <b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked chicken with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.	<b>ESPAGUETIS/TOMATE CASERO</b> <sup>1,3</sup> (TOMATE,CEBOLLA) <i>Pasta with tomato sauce</i> <b>CAZÓN EMPANADO</b> <sup>1,3,4</sup> <b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b> <i>Breaded fish with carrots</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.	<b>JUDIAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Beans with vegetables</i> <b>TORTILLA DE QUESO</b> <sup>3,7</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Cheese omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.	<b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Rice with chicken</i> <b>FOGONERO AL HORNO</b> (CEBOLLA,AJO) <sup>4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<b>MACARRONES /TOMATE CASERO</b> <sup>1,3</sup> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO) <i>Pasta with tomato sauce</i> <b>MERLUZA SALSAS VERDE</b> <sup>1,4</sup> (HARINA, AJO, PEREJIL) <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>1,3</sup> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA,POLLO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas,carrot,chicken</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	<b>ARROZ DOS DELICIAS</b> <sup>6</sup> (JAMÓN YORK,ZANAHORIA) <i>Rice with ham and carrots</i> <b>TORTILLA DE PATATAS</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Potatoes omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.	<b>GAZPACHO ANDALUZ</b> <sup>1,6</sup> (PIMIENTO, TOMATE, PAN) <i>Gazpacho</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>PATATAS FRITAS</b> <i>Grilled chicken with chips</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.	

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuzes, <sup>14</sup>Moluscos



easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN GLUTEN

## DESAYUNOS

Leche y cacao sin gluten<sup>7</sup> / Zumos de frutas/Pan sin gluten<sup>5</sup> / Aceite de oliva/ Mantequilla<sup>8</sup> / Mermelada

VIERNES 1
<b>CREMA DE PUERROS</b> (PUERROS,ZANAHORIA,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i>
<b>CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE MAÍZ</b> <i>Grilled meat with salad</i>
Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>
Kcal: 839,23 - HDC: 99,59 gr Prot: 48,82 gr. - Lip: 25,08 gr.

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA) <i>Rice with tomato</i> <b>TORTILLA FRANCESA</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO,ZANAHORIA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with chicken</i> <b>MERLUZA A LA PLANCHA(AJO,PEREJIL)</b> <sup>4</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b> <i>Grilled fish with salad</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>CREMA DE CALABACÍN</b> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>MENESTRA(JUDÍAS,ALCACH.,ZANAHORIA)</b> <i>Grilled chicken with vegetables</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>12</sup> <b>SOPA CON FIDEOS SIN GLUTEN</b> <i>Stew soup with gluten free noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>MACARRONES/SIN GLUTEN TOMATE Y QUESO</b> <sup>7</sup> (QUESO,TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Free gluten pasta with tomato sauce and cheese</i> <b>CAELLA A LA PLANCHA</b> <sup>4</sup> (AJO, PEREJIL) <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled fish fish with potatoes</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>
Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.	Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.	Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.	Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	Kcal: 824,49 - HDC: 96,68 gr Prot: 51,90 gr. - Lip: 25,58 gr.
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA,PATATA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i> <b>LOMO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled meat with salad</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>ENSALADA CAMPERA</b> <sup>4</sup> (TOMATE,PATATA,MAÍZ, ATÚN) <i>Potatoes salad</i> <b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked chicken with vegetables</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON TOMATE</b> (TOMATE,CEBOLLA) <i>Gluten free pasta with tomato sauce</i> <b>CAZÓN A LA PLANCHA</b> <sup>4</sup> <b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b> <i>Grilled fish with carrots</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>JUDIAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Beans with vegetables</i> <b>TORTILLA DE QUESO</b> <sup>3,7</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Cheese omelette with salad</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Rice with chicken</i> <b>FOGONERO AL HORNO(CEBOLLA,AJO)</b> <sup>4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>
Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.	Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.	Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.	Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.	Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<b>MACARRONES SIN GLUTEN CON TOMATE</b> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO) <i>Gluten free pasta with tomato sauce</i> <b>MERLUZA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)</b> <sup>4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Grilled fish with vegetables</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>12</sup> <b>SOPA CON FIDEOS SIN GLUTEN</b> <i>Stew soup with gluten free noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>ARROZ DOS DELICIAS</b> <sup>6</sup> (JAMÓN YORK,ZANAHORIA) <i>Rice with ham and carrots</i> <b>TORTILLA DE PATATAS</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Potatoes omelette with salad</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	<b>GAZPACHO ANDALUZ SIN PAN</b> (PIMIENTO, TOMATE) <i>Gazpacho</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>PATATAS FRITAS</b> <i>Grilled chicken with chips</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Gluten free Bread/Milk</i>	
Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.	Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.	Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.	



Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuzes, <sup>14</sup>Moluscos




easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN GLUTEN-SIN LECHE

## DESAYUNOS

Bebida de soja<sup>6</sup> y cacao sin gluten<sup>7</sup> / Zumos de frutas / Pan sin gluten<sup>3</sup> / Aceite de oliva/Mermelada

VIERNES 1
<b>CREMA DE PUERROS</b> (PUERROS,ZANAHORIA,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i>
<b>CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE MAÍZ</b> <i>Grilled meat with salad</i>
Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Soya yogurt/Fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>
Kcal: 839,23 - HDC: 99,59 gr Prot: 48,82 gr. - Lip: 25,08 gr.

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA) <i>Rice with tomato</i> <b>TORTILLA FRANCESA</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO,ZANAHORIA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with chicken</i> <b>MERLUZA A LA PLANCHA(AJO,PEREJIL)</b> <sup>4</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b> <i>Grilled fish with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>CREMA DE CALABACÍN</b> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>MENESTRA(JUDÍAS,ALCACH.,ZANAHORIA)</b> <i>Grilled chicken with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>12</sup> <b>SOPA CON FIDEOS SIN GLUTEN</b> <i>Stew soup with gluten free noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>MACARRONES/SIN GLUTEN TOMATE</b> (TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Free gluten pasta with tomato sauce</i> <b>CAELLA A LA PLANCHA</b> <sup>4</sup> (AJO, PEREJIL) <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled fish fish with potatoes</i> Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Soya yogurt/Fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>
Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.	Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.	Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.	Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23gr. - Lip: 24,51 gr.	Kcal: 824,49 - HDC: 96,68 gr Prot: 51,90 gr. - Lip: 25,58 gr.
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA,PATATA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i> <b>LOMO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled meat with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>ENSALADA CAMPERA</b> <sup>4</sup> (TOMATE,PATATA,MAÍZ,ATÚN) <i>Potatoes salad</i> <b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked chicken with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON TOMATE</b> (TOMATE,CEBOLLA) <i>Gluten free pasta with tomato sauce</i> <b>CAZÓN A LA PLANCHA</b> <sup>4</sup> <b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b> <i>Grilled fish with carrots</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>JUDIAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Beans with vegetables</i> <b>TORTILLA FRANCESA</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Rice with chicken</i> <b>FOGONERO AL HORNO(CEBOLLA,AJO)</b> <sup>4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Soya yogurt/Fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>
Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.	Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.	Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.	Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.	Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<b>MACARRONES SIN GLUTEN CON TOMATE</b> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO) <i>Gluten free pasta with tomato sauce</i> <b>MERLUZA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)</b> <sup>4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Grilled fish with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>12</sup> <b>SOPA CON FIDEOS SIN GLUTEN</b> <i>Stew soup with gluten free noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>ARROZ DOS DELICIAS</b> <sup>6</sup> (JAMÓN YORK, ZANAHORIA) <i>Rice with ham and carrots</i> <b>TORTILLA DE PATATAS</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Potatoes omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	<b>GAZPACHO ANDALUZ SIN PAN</b> (PIMIENTO, TOMATE) <i>Gazpacho</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>PATATAS FRITAS</b> <i>Grilled chicken with chips</i> Agua/Fruta de temporada/Pan SIN GLUTEN <sup>3</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Gluten free bread/Soya drink</i>	
Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.	Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23gr. - Lip: 24,51 gr.	Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.	Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.	

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuzes, <sup>14</sup>Moluscos



easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN HUEVO

## DESAYUNOS

Leche y cacao<sup>1,7</sup> / Zumos de frutas<sup>1</sup> / Cereales varios<sup>1</sup> / Tostadas<sup>1,6</sup> / Aceite de oliva / Mantequilla / Mermelada

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 1
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA) <i>Rice with tomato</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.	<b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO,ZANAHORIA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with chicken</i> <b>MERLUZA ENHARINADA<sup>1,4</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b> <i>Breaded fish with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.	<b>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i> <b>ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA<sup>1,6</sup></b> <b>MENESTRA(JUDÍAS,ALCACH.,ZANAHORIA)</b> <i>Meatballs with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.	<b>COCIDO COMPLETO<sup>12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS <u>SIN HUEVO</u></b> <i>Stew soup with eggless noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	<b>MACARRONES <u>SIN HUEVO</u> TOMATE Y QUESO<sup>7</sup></b> (QUESO,TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Eggless pasta with tomato sauce and cheese</i> <b>CAELLA A LA PLANCHA<sup>4</sup> (AJO, PEREJIL)</b> <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled fish with potatoes</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA,PATATA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i> <b>LOMO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled meat with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.	<b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (TOMATE,PATATA,MAÍZ, ATÚN) <i>Potatoes salad</i> <b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked chicken with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.	<b>ESPAGUETIS <u>SIN HUEVO</u> CON TOMATE</b> (TOMATE,CEBOLLA) <i>Eggless pasta with tomato sauce</i> <b>CAZÓN A LA PLANCHA<sup>4</sup></b> <b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b> <i>Grilled fish with carrots</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.	<b>JUDIAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Beans with vegetables</i> <b>CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Grilled meat with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.	<b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Rice with chicken</i> <b>FOGONERO AL HORNO(CEBOLLA,AJO)<sup>4</sup></b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Yogur <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<b>MACARRONES <u>SIN HUEVO</u> TOMATE CASERO</b> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO) <i>Eggless pasta with tomato sauce</i> <b>MERLUZA SALSAS VERDE<sup>1,4</sup> (HARINA, AJO, PEREJIL)</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.	<b>COCIDO COMPLETO<sup>12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS <u>SIN HUEVO</u></b> <i>Stew soup with eggless noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	<b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (JAMÓN YORK,ZANAHORIA) <i>Rice with ham and carrots</i> <b>ABADEJO A LA PLANCHA(AJO,PEREJIL)<sup>4</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled fish with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.	<b>GAZPACHO ANDALUZ<sup>1,6</sup></b> (PIMIENTO, TOMATE, PAN) <i>Gazpacho</i> <b>CROQUETAS DE JAMÓN<sup>1</sup></b> <b>PATATAS FRITAS</b> <i>Ham croquette with chips</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.	

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuzes, <sup>14</sup>Moluscos



easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN HUEVO-SIN LECHE

## DESAYUNOS

Bebida de soja y cacao<sup>3</sup>/ Zumos de frutas/ Cereales varios<sup>1</sup>/  
Tostadas<sup>1,6</sup>/ Aceite de oliva/Mermelada

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<p><b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA)</p> <p><i>Rice with tomato</i></p> <p><b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b></p> <p><b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b></p> <p><i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.</p>	<p><b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO,ZANAHORIA,PIMIENTO,TOMATE)</p> <p><i>Lentils with chicken</i></p> <p><b>MERLUZA ENHARINADA<sup>1,4</sup></b></p> <p><b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b></p> <p><i>Breaded fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.</p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA)</p> <p><i>Vegetables cream with croutons</i></p> <p><b>ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSAS<sup>1,6</sup></b></p> <p><b>MENESTRA(JUDÍAS,ALCACH.,ZANAHORIA)</b></p> <p><i>Meatballs with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.</p>	<p><b>COCIDO COMPLETO<sup>12</sup></b></p> <p><b>SOPA CON FIDEOS <u>SIN HUEVO</u></b></p> <p><i>Stew soup with eggless noodles</i></p> <p><b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b></p> <p><i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.</p>	<p><b>MACARRONES <u>SIN HUEVO</u>/TOMATE CASERO</b> (TOMATE,CEBOLLA,AJO)</p> <p><i>Eggless pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA<sup>4</sup> (AJO, PEREJIL)</b></p> <p><b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b></p> <p><i>Grilled fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Yogur de soja<sup>6</sup>/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Soya Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p><b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA,PATATA,PIMIENTO,TOMATE)</p> <p><i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>LOMO A LA PLANCHA</b></p> <p><b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b></p> <p><i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.</p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (TOMATE,PATATA,MAÍZ, ATÚN)</p> <p><i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b></p> <p><b>MENESTRA DE VERDURAS</b></p> <p><i>Baked chicken with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.</p>	<p><b>ESPAGUETIS <u>SIN HUEVO</u> CON TOMATE</b> (TOMATE,CEBOLLA)</p> <p><i>Eggless pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CAZÓN A LA PLANCHA<sup>4</sup></b></p> <p><b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b></p> <p><i>Grilled fish with carrots</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.</p>	<p><b>JUDIAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE)</p> <p><i>Beans with vegetables</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA</b></p> <p><b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b></p> <p><i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.</p>	<p><b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE)</p> <p><i>Rice with chicken</i></p> <p><b>FOGONERO AL HORNO(CEBOLLA,AJO)<sup>4</sup></b></p> <p><b>MENESTRA DE VERDURAS</b></p> <p><i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Yogur de soja<sup>6</sup>/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Soya Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.</p>
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<p><b>MACARRONES <u>SIN HUEVO</u> TOMATE CASERO</b> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO)</p> <p><i>Eggless pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>MERLUZA SALSAS VERDE<sup>1,4</sup> (HARINA, AJO, PEREJIL)</b></p> <p><b>MENESTRA DE VERDURAS</b></p> <p><i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.</p>	<p><b>COCIDO COMPLETO<sup>12</sup></b></p> <p><b>SOPA CON FIDEOS <u>SIN HUEVO</u></b></p> <p><i>Stew soup with eggless noodles</i></p> <p><b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b></p> <p><i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.</p>	<p><b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (JAMÓN YORK,ZANAHORIA)</p> <p><i>Rice with ham and carrots</i></p> <p><b>ABADEJO A LA PLANCHA(AJO,PEREJIL)<sup>4</sup></b></p> <p><b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b></p> <p><i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.</p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ<sup>1,6</sup></b> (PIMIENTO, TOMATE, PAN)</p> <p><i>Gazpacho</i></p> <p><b>CROQUETAS DE JAMÓN<sup>1</sup></b></p> <p><b>PATATAS FRITAS</b></p> <p><i>Ham croquette with chips</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink</i></p> <p>Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.</p>	

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuzes, <sup>14</sup>Moluscos




easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN LECHE

## DESAYUNOS

Bebida de soja y cacao<sup>1</sup>/ Zumos de frutas/ Cereales varios<sup>1</sup>/  
Tostadas<sup>1,6</sup>/ Aceite de oliva/Mermelada

VIERNES 1
<b>CREMA DE PUERROS CON PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (PUERROS,ZANAHORIA,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i>
<b>CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE MAÍZ</b> <i>Grilled meat with salad</i>
Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>
Water/Soya Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Soya drink
Kcal: 839,23 - HDC: 99,59 gr Prot: 48,82 gr. - Lip: 25,08 gr.

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA) <i>Rice with tomato</i>	<b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO,ZANAHORIA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with chicken</i>	<b>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i>	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i>	<b>MACARRONES/TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Pasta with tomato sauce</i>
<b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i>	<b>MERLUZA ENHARINADA<sup>1,4</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b> <i>Breaded fish with salad</i>	<b>ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA<sup>1,6</sup></b> <b>MENESTRA(JUDÍAS,ALCACH.,ZANAHORIA)</b> <i>Meatballs with vegetables</i>	<b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i>	<b>CAELLA A LA PLANCHA<sup>4</sup> (AJO, PEREJIL)</b> <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled fish fish with potatoes</i>
Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>
Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Soya Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Soya drink
Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.	Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.	Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.	Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA,PATATA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i>	<b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (TOMATE,PATATA,MAÍZ, ATÚN) <i>Potatoes salad</i>	<b>ESPAGUETIS/TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (TOMATE,CEBOLLA) <i>Pasta with tomato sauce</i>	<b>JUDIAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Beans with vegetables</i>	<b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Rice with chicken</i>
<b>LOMO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled meat with salad</i>	<b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked chicken with vegetables</i>	<b>CAZÓN EMPANADO<sup>1,3,4</sup></b> <b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b> <i>Breaded fish with carrots</i>	<b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i>	<b>FOGONERO AL HORNO(CEBOLLA,AJO)<sup>4</sup></b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i>
Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>
Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Soya Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Soya drink
Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.	Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.	Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.	Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.	Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<b>MACARRONES /TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO) <i>Pasta with tomato sauce</i>	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i>	<b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (JAMÓN YORK,ZANAHORIA) <i>Rice with ham and carrots</i>	<b>GAZPACHO ANDALUZ<sup>1,6</sup></b> (PIMIENTO, TOMATE, PAN) <i>Gazpacho</i>	
<b>MERLUZA SALSA VERDE<sup>1,4</sup> (HARINA, AJO, PEREJIL)</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i>	<b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i>	<b>TORTILLA DE PATATAS<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Potatoes omelette with salad</i>	<b>CROQUETAS DE JAMÓN<sup>1</sup></b> <b>PATATAS FRITAS</b> <i>Ham croquette with chips</i>	
Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	
Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	
Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.	Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.	Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.	

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuces, <sup>14</sup>Moluscos



easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN LECHE Y SIN TERNERA

## DESAYUNOS

Bebida de soja y cacao<sup>1</sup>/ Zumos de frutas/ Cereales varios<sup>1</sup>/  
Tostadas<sup>1,6</sup>/ Aceite de oliva/Mermelada

VIERNES 1
<b>CREMA DE PUERROS CON PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (PUERROS,ZANAHORIA,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i>
<b>CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE MAÍZ</b> <i>Grilled meat with salad</i>
Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>
Water/Soya Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Soya drink
Kcal: 839,23 - HDC: 99,59 gr Prot: 48,82 gr. - Lip: 25,08 gr.

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA) <i>Rice with tomato</i>	<b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO,ZANAHORIA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with chicken</i>	<b>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i>	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i>	<b>MACARRONES/TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Pasta with tomato sauce</i>
<b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i>	<b>MERLUZA ENHARINADA<sup>1,4</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b> <i>Breaded fish with salad</i>	<b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>MENESTRA(JUDÍAS,ALCACH.,ZANAHORIA)</b> <i>Grilled chicken with vegetables</i>	<b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i>	<b>CAELLA A LA PLANCHA<sup>4</sup> (AJO, PEREJIL)</b> <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled fish fish with potatoes</i>
Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>
Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Soya Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Soya drink
Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.	Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.	Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.	Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA,PATATA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i>	<b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (TOMATE,PATATA,MAÍZ, ATÚN) <i>Potatoes salad</i>	<b>ESPAGUETIS/TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (TOMATE,CEBOLLA) <i>Pasta with tomato sauce</i>	<b>JUDIAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Beans with vegetables</i>	<b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Rice with chicken</i>
<b>LOMO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled meat with salad</i>	<b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked chicken with vegetables</i>	<b>CAZÓN EMPANADO<sup>1,3,4</sup></b> <b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b> <i>Breaded fish with carrots</i>	<b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i>	<b>FOGONERO AL HORNO(CEBOLLA,AJO)<sup>4</sup></b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i>
Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Yogur de soja <sup>6</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>
Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Soya Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Soya drink
Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.	Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.	Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.	Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.	Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<b>MACARRONES /TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO) <i>Pasta with tomato sauce</i>	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i>	<b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (JAMÓN YORK,ZANAHORIA) <i>Rice with ham and carrots</i>	<b>GAZPACHO ANDALUZ<sup>1,6</sup></b> (PIMIENTO, TOMATE, PAN) <i>Gazpacho</i>	
<b>MERLUZA SALSAS VERDE<sup>1,4</sup> (HARINA, AJO, PEREJIL)</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i>	<b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i>	<b>TORTILLA DE PATATAS<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Potatoes omelette with salad</i>	<b>CROQUETAS DE JAMÓN<sup>1</sup></b> <b>PATATAS FRITAS</b> <i>Ham croquette with chips</i>	
Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup>	
Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	Water/Seasonal fruit/Bread/Soya drink	
Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.	Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.	Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.	



Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuzes, <sup>14</sup>Moluscos





easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN LEGUMBRES

## DESAYUNOS

Leche y cacao<sup>3,7</sup> / Zumos de frutas/ Pan sin soja<sup>3</sup> /Cereales varios<sup>1</sup> / Aceite de oliva/ Mantequilla<sup>1</sup>/Mermelada

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 1
<p><b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA)</p> <p><i>Rice with tomato</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA</b><sup>3</sup></p> <p><b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b></p> <p><i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.</p>	<p><b>ESTOFADO DE VERDURAS CON MAGRO</b> (PATATA,P.VERDE,CEBOLLA,TOMATE)</p> <p><i>Stew vegetables with meat</i></p> <p><b>MERLUZA ENHARINADA</b><sup>1,4</sup></p> <p><b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b></p> <p><i>Breaded fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.</p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN</b> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA)</p> <p><i>Vegetables cream with croutons</i></p> <p><b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b></p> <p><b>TOMATE ALIÑADO</b></p> <p><i>Grilled chicken with tomato</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.</p>	<p><b>COCIDO SIN GARBANZOS</b><sup>1,3,12</sup></p> <p><b>SOPA CON FIDEOS</b></p> <p><i>Stew soup with noodles</i></p> <p><b>ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b></p> <p><i>Carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23gr. - Lip: 24,51 gr.</p>	<p><b>VIERNES 8</b></p> <p><b>MACARRONES/TOMATE Y QUESO</b><sup>1,3,7</sup> (QUESO,TOMATE,CEBOLLA,AJO)</p> <p><i>Pasta with tomato sauce and cheese</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA</b><sup>4</sup> (AJO, PEREJIL)</p> <p><b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b></p> <p><i>Grilled fish fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Yogur<sup>7</sup>/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Soya free bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 839,23 - HDC: 99,59 gr Prot: 48,82 gr. - Lip: 25,08 gr.</p>
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<p><b>ESTOFADO DE VERDURAS CON MERLUZA</b><sup>4</sup> (PATATA,P.VERDE,CEBOLLA,TOMATE)</p> <p><i>Stew vegetables with fish</i></p> <p><b>LOMO A LA PLANCHA</b></p> <p><b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b></p> <p><i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.</p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA</b><sup>4</sup> (TOMATE,PATATA,MAÍZ, ATÚN)</p> <p><i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b></p> <p><b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b></p> <p><i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.</p>	<p><b>ESPAGUETIS/TOMATE CASERO</b><sup>1,3</sup> (TOMATE,CEBOLLA)</p> <p><i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CAZÓN EMPANADO</b><sup>1,3,4</sup></p> <p><b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b></p> <p><i>Breaded fish with carrots</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.</p>	<p><b>ESTOFADO DE VERDURAS CON CHORIZO</b><sup>12</sup> (PATATA,P.VERDE,CEBOLLA,TOMATE)</p> <p><i>Stew potatoes with sausages</i></p> <p><b>TORTILLA DE QUESO</b><sup>3,7</sup></p> <p><b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b></p> <p><i>Cheese omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.</p>	<p><b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE)</p> <p><i>Rice with chicken</i></p> <p><b>FOGONERO AL HORNO(CEBOLLA,AJO)</b><sup>4</sup></p> <p><b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b></p> <p><i>Baked fish with mushroom</i></p> <p>Agua/Yogur<sup>7</sup>/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Soya free bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.</p>
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<p><b>MACARRONES /TOMATE CASERO</b><sup>1,3</sup> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO)</p> <p><i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>MERLUZA SALSA VERDE</b><sup>1,4</sup> (HARINA, AJO, PEREJIL)</p> <p><b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b></p> <p><i>Baked fish with mushroom</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.</p>	<p><b>COCIDO SIN GARBANZOS</b><sup>1,3,12</sup> SOPA CON FIDEOS</p> <p><i>Stew soup with noodles</i></p> <p><b>ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b></p> <p><i>Carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23gr. - Lip: 24,51 gr.</p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,CEBOLLA)</p> <p><i>Rice with tomato</i></p> <p><b>TORTILLA DE PATATAS</b><sup>3</sup></p> <p><b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b></p> <p><i>Potatoes omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.</p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ SIN PAN</b> (PIMIENTO, TOMATE)</p> <p><i>Gazpacho</i></p> <p><b>CROQUETAS DE JAMÓN</b><sup>1</sup></p> <p><b>PATATAS FRITAS</b></p> <p><i>Ham croquette with chips</i></p> <p>Agua/Fruta de temporada/Pan sin soja<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup></p> <p><i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.</p>	

Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuces, <sup>14</sup>Moluscos



easy & good

# MENÚ JUNIO 2018 SIN PESCADO

## DESAYUNOS

Leche y cacao<sup>1,7</sup> / Zumos de frutas<sup>1</sup> / Cereales varios<sup>1</sup> / Tostadas<sup>1,6</sup> / Aceite de oliva / Mantequilla / Mermelada

LUNES 4	MARTES 5	MIÉRCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
<b>ARROZ BLANCO CON TOMATE</b> (TOMATE,ZANAHORIA,CEBOLLA) <i>Rice with tomato</i> <b>TORTILLA FRANCESA</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 837,37 - HDC: 100,08 gr Prot: 45,25 gr. - Lip: 28,46 gr.	<b>LENTEJAS CON POLLO</b> (POLLO,ZANAHORIA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with chicken</i> <b>LOMO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y MAÍZ</b> <i>Grilled meat with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 815,21 - HDC: 96,91 gr Prot: 28,91 gr. - Lip: 24,84 gr.	<b>CREMA DE CALABACÍN CON PICATOSTES</b> <sup>1,6</sup> (CALABACÍN,PATATA,CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i> <b>ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSAS</b> <sup>1,6</sup> <b>MENESTRA</b> (JUDÍAS,ALCACH.,ZANAHORIA) <i>Meatballs with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 838,66 - HDC: 95,55 gr Prot: 50,96 gr. - Lip: 28,07 gr.	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>1,3,12</sup> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	<b>MACARRONES/TOMATE CASERO Y QUESO</b> <sup>1,3,7</sup> (QUESO,TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>PATATAS PANADERAS AL HORNO</b> <i>Grilled chicken fish with potatoes</i> Agua/Yogurt <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.
LUNES 11	MARTES 12	MIÉRCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA,PATATA,PIMIENTO,TOMATE) <i>Lentils with vegetables</i> <b>LOMO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Grilled meat with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 801,64 - HDC: 95,02 gr Prot: 45,69 gr. - Lip: 26,53 gr.	<b>ENSALADA CAMPERA</b> <u>SIN ATUN</u> (TOMATE,PATATA,MAÍZ) <i>Potatoes salad</i> <b>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked chicken with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 850,63 - Prot: 42,02 gr HDC: 115,75 gr. - Lip: 24,84 gr.	<b>ESPAGUETIS CON TOMATE CASERO</b> <sup>1,3</sup> (TOMATE,CEBOLLA) <i>Pasta with tomato sauce</i> <b>SAN JACOBO</b> <sup>1,6,7</sup> <b>BASTONCITOS DE ZANAHORIA</b> <i>Breaded ham with carrots</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 853,98 - HDC: 99,20 gr Prot: 46,63 gr. - Lip: 30,07 gr.	<b>JUDIAS CON VERDURAS</b> (ZANAHORIA, PATATA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Beans with vegetables</i> <b>TORTILLA DE QUESO</b> <sup>3,7</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Cheese omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 804,28 - HDC: 96,91 gr Prot: 29,77 gr. - Lip: 33,06 gr.	<b>ARROZ CON POLLO</b> (POLLO,AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Rice with chicken</i> <b>CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Grilled meat with vegetables</i> Agua/Yogurt <sup>7</sup> /Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Yogurt/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 788,60 - HDC: 109,77 gr Prot: 27,76 gr. - Lip: 26,50 gr.
LUNES 18	MARTES 19	MIÉRCOLES 20	JUEVES 21	
<b>MACARRONES /TOMATE CASERO</b> <sup>1,3</sup> (TOMATE, CEBOLLA,PIMIENTO) <i>Pasta with tomato sauce</i> <b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Grilled chicken with vegetables</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 799,94 - HDC: 103,08 gr Prot: 38,59 gr. - Lip: 25,91 gr.	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>1,3,12</sup> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i> <b>GARBANZOS, ZANH., JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 803,86 - HDC: 92,60 gr Prot: 53,23 gr. - Lip: 24,51 gr.	<b>ARROZ DOS DELICIAS</b> <sup>6</sup> (JAMÓN YORK,ZANAHORIA) <i>Rice with ham and carrots</i> <b>TORTILLA DE PATATAS</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA</b> <i>Potatoes omelette with salad</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 834,74 - HDC: 107,29 gr Prot: 44,54 gr. - Lip: 25,05 gr.	<b>GAZPACHO ANDALUZ</b> <sup>1,6</sup> (PIMIENTO, TOMATE, PAN) <i>Gazpacho</i> <b>CROQUETAS DE JAMÓN</b> <sup>1</sup> <b>PATATAS FRITAS</b> <i>Ham corquette with chips</i> Agua/Fruta de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i> Kcal: 783,72 - HDC: 92,21 gr Prot: 29,66 gr. - Lip: 32,91 gr.	



Reglamento (UE) 1169/2011, información alimentaria de alérgenos:

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuetes, <sup>6</sup>Soja, <sup>7</sup>Leche, <sup>8</sup>Frutos de cáscara, <sup>9</sup>Apio, <sup>10</sup>Mostaza, <sup>11</sup>Granos sésamo, <sup>12</sup>Dióxido de azufre, <sup>13</sup>Altramuzes, <sup>14</sup>Moluscos