



# MENÚ JUNIO 2019



easy & good

## DESAYUNOS

Leche y cacao<sup>1,6,7</sup> / Zumos de frutas/Galletas<sup>1,6,7,8,11,12</sup> / Cereales varios<sup>2</sup> / Tostadas<sup>1,8</sup> / Aceite de oliva / Mantequilla<sup>6,7</sup> / Mermelada

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<b>LENTEJAS CON VERDURAS</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i> <b>TORTILLA DE PATATAS<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Potatoes omelette with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i> <b>MERLUZA SALSA VERDE (HARINA,AJO,PEREJIL)<sup>1,4</sup></b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>CREMA DE CALABACÍN/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>GUISANTES REHOGADOS</b> <i>Meatballs with peas</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>MACARRONES CON TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Pasta with tomato sauce</i> <b>CAZÓN ENHARINADO<sup>1,2,4,14</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Floured fish with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i> <b>REPOLLO REHOGADO</b> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</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: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37gr HDC: 103 gr - Lip: 31gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr. HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<b>ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO<sup>1,3,7</sup></b> (TOMATE,CEBOLLA,AJO,QUESO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i> <b>CARBONERO AL HORNO<sup>1,4</sup></b> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO<sup>12</sup></b> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i> <b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i> <b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,AJO,CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i> <b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)<sup>2,4,14</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ENSALADA DE JUDÍAS</b> (ZANAHORIA,TOMATE,PIMIENTO) <i>Bean salad</i> <b>CHULETA DE AGUJA</b> <b>SALTEADO DE VERDURAS</b> <i>Grilled pork 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: 786 - Prot: 33gr HDC: 96 gr - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr - Lip: 36 gr.
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i> <b>TORTILLA DE QUESO<sup>3,7</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Cheese omelette with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i> <b>MERLUZA AL HORNO<sup>1,4</sup></b> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>MACARRONES CON ATÚN<sup>1,3,4</sup></b> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Pasta with tuna</i> <b>SAN JACOBO<sup>1,6,7</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Breaded ham with salad</i> Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>DÍA FESTIVO</b>	<b>GAZPACHO ANDALUZ<sup>1,6</sup></b> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i> <b>FILETE RUSO A LA PLANCHA<sup>12</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</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: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr.		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr - Lip: 38 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 2019 - SIN GLUTEN Y SIN LECHE

### DESAYUNOS

Bebida de soja<sup>6</sup> y cacao sin gluten<sup>7</sup>/ Zumos de frutas/Galletas sin gluten<sup>8</sup>/ Pan sin gluten<sup>9</sup> / Aceite de oliva/Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p><b>LENTEJAS CON HORTALIZAS</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>TORTILLA DE PATATAS<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Potatoes omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO (SIN HARINA)<sup>4</sup></b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN</b> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>TOMATE ALIÑADO</b> <i>Grilled chicken with tomato</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>MACARRONES SIN GLUTEN CON TOMATE</b> (AJO, CEBOLLA, TOMATE) <i>Gluten free pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CAZÓN A LA PLANCHA<sup>2,4,14</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>COCIDO COMPLETO<sup>12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS SIN GLUTEN</b> <i>Stew soup with gluten free noodles</i></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p><b>ESPAGUETIS SIN GLUTEN CON TOMATE</b> (TOMATE, CEBOLLA, AJO) <i>Gluten free pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO (SIN HARINA)<sup>4</sup></b> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO<sup>12</sup></b> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE, AJO, CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)<sup>2,4,14</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDÍAS</b> (ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO) <i>Bean salad</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b> <b>SALTEADO DE VERDURAS</b> <i>Grilled pork with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 786 - Prot: 33 gr HDC: 96 gr - Lip: 19 gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68 gr - Lip: 36 gr.
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO (SIN HARINA)<sup>4</sup></b> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>MACARRONES SIN GLUTEN CON ATÚN<sup>4</sup></b> (AJO, CEBOLLA, TOMATE, ATÚN) <i>Gluten free pasta with tuna</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ (SIN PAN)</b> (TOMATE, PIMIENTO) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA<sup>12</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>9</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 776 - Prot: 36 gr HDC: 85 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal: 806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr.		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54 gr - Lip: 38 gr.

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Cruasáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cachuetas, <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 2019 - SIN GLUTEN

DESAYUNOS  
Leche y cacao SIN GLUTEN<sup>7</sup> / Zumos de frutas/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup> / Aceite de oliva / Mantequilla<sup>2</sup>/Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p><b>LENTEJAS CON HORTALIZAS</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>TORTILLA DE PATATAS<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Potatoes omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO (SIN HARINA)<sup>4</sup></b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN</b> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>TOMATE ALIÑADO</b> <i>Grilled chicken with tomato</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES SIN GLUTEN/TOMATE</b> (AJO, CEBOLLA, TOMATE) <i>Gluten free pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CAZÓN A LA PLANCHA<sup>2,4,14</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>COCIDO COMPLETO<sup>12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS SIN GLUTEN</b> <i>Stew soup with gluten free noodles</i></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup>/Yogur<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk/Yogurt</i></p>
Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p><b>ESPAGUETIS SIN GLUTEN/TOMATE Y QUESO<sup>7</sup></b> (TOMATE, CEBOLLA, AJO, QUESO) <i>Gluten free pasta with tomato sauce and cheese</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO (SIN HARINA)<sup>4</sup></b> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO<sup>12</sup></b> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE, AJO, CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)<sup>2,4,14</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDÍAS</b> (ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO) <i>Bean salad</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b> <b>SALTEADO DE VERDURAS</b> <i>Grilled pork with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup>/Yogur<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk/Yogurt</i></p>
Kcal: 776 - Prot: 33 gr HDC: 96 gr - Lip: 19 gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68 gr - Lip: 36 gr.
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA DE QUESO<sup>3,7</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Cheese omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO (SIN HARINA)<sup>4</sup></b> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES SIN GLUTEN CON ATÚN<sup>4</sup></b> (AJO, CEBOLLA, TOMATE, ATÚN) <i>Gluten free pasta with tuna</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ (SIN PAN)</b> (TOMATE, PIMIENTO) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA<sup>12</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN GLUTEN<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup>/Yogur<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk/Yogurt</i></p>
Kcal: 776 - Prot: 36 gr HDC: 85 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal: 806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr.		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54 gr - Lip: 38 gr.

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

<sup>7</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Cruasáceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuets, <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 2019 - SIN LECHE Y SIN HUEVO

DESAYUNOS  
Bebida de soja<sup>6</sup> y cacao<sup>7</sup>/ Zumos de frutas/Cereales varios<sup>2</sup>/ Tostadas<sup>1,4</sup>/ Aceite de oliva/Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<b>LENTEJAS CON HORTALIZAS</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i>  <b>POLLO A LA PLANCHA</b> ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ <i>Grilled chicken with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i>  <b>CAZÓN ENHARINADO<sup>1,2,4,14</sup></b> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA <i>Floured fish with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>CREMA DE CALABACÍN/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> GUISANTES REHOGADOS <i>Meatballs with peas</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>MACARRONES SIN HUEVO CON TOMATE CASERO</b> (AJO, CEBOLLA, TOMATE) <i>Eggless pasta with tomato sauce</i>  <b>MERLUZA SALSA VERDE<sup>1,4</sup></b> (HARINA, AJO, PEREJIL) MENESTRA DE VERDURAS <i>Baked fish with vegetables</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>COCIDO COMPLETO<sup>12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS SIN HUEVO</b> <i>Stew soup with eggless noodles</i>  <b>REPOLLO REHOGADO</b> GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> /Yogur soja <sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i>
Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<b>ESPAGUETIS SIN HUEVO CON TOMATE</b> (TOMATE, CEBOLLA, AJO) <i>Eggless pasta with tomato sauce</i>  <b>CARBONERO AL HORNO<sup>1,4</sup></b> PATATAS PANADERAS <i>Baked fish with potatoes</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO<sup>12</sup></b> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i>  <b>MERLUZA A LA PLANCHA<sup>4</sup></b> ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA <i>Grilled fish with tomato</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i>  <b>JAMONCITOS DE POLLO</b> CHAMPIÑONES REHOGADOS <i>Baked chicken with mushrooms</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE, AJO, CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i>  <b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)<sup>2,4,14</sup></b> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE <i>Grilled fish with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>ENSALADA DE JUDIÁS</b> (ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO) <i>Bean salad</i>  <b>CHULETA DE AGUJA</b> SALTEADO DE VERDURAS <i>Grilled pork with vegetables</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> /Yogur soja <sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i>
Kcal: 776 - Prot: 33 gr HDC: 96 gr - Lip: 19 gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68 gr - Lip: 36 gr.
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) <i>Rice with chicken</i>  <b>CHULETA DE CERDO</b> ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ <i>Grilled pork with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i>  <b>MERLUZA AL HORNO<sup>1,4</sup></b> PATATAS PANADERAS <i>Baked fish with potatoes</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>MACARRONES SIN HUEVO CON ATÚN<sup>4</sup></b> (AJO, CEBOLLA, TOMATE, ATÚN) <i>Eggless pasta with tuna</i>  <b>POLLO A LA PLANCHA</b> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA <i>Grilled chicken with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>DÍA FESTIVO</b>   Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i>	<b>GAZPACHO ANDALUZ<sup>1,6</sup></b> (TOMATE, PIMIENTO, PAN) <i>Gazpacho</i>  <b>FILETE RUSO A LA PLANCHA<sup>12</sup></b> ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA <i>Grilled meat with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Bebida de soja <sup>6</sup> /Yogur soja <sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i>
Kcal: 776 - Prot: 36 gr HDC: 85 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal: 806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr.		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54 gr - Lip: 38 gr.

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustráceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuets, <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 2019 - SIN LECHE Y SIN TERNERA**

DESAYUNOS  
Bebida de soja<sup>6</sup> y cacao<sup>7</sup>/ Zumos de frutas/Cereales varios<sup>2</sup>/ Tostadas<sup>1,4</sup>/ Aceite de oliva/Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p><b>LENTEJAS CON HORTALIZAS</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>TORTILLA DE PATATAS<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Potatoes omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ARROZ DOS DELICIAS<sup>6</sup></b> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i></p> <p><b>MERLUZA Salsa VERDE (HARINA,AJO,PEREJIL)<sup>1,4</sup></b> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN/PICATOSTES<sup>1,6</sup></b> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>TOMATE ALIÑADO</b> <i>Grilled chicken with tomato</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>MACARRONES CON TOMATE CASERO<sup>1,3</sup></b> (AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CAZÓN ENHARINADO<sup>1,2,4,14</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Floured fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>COCIDO COMPLETO<sup>1,3,12</sup></b> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p><b>ESPAGUETIS CON TOMATE<sup>1,3</sup></b> (TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO<sup>1,4</sup></b> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO<sup>12</sup></b> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE,LECHUGA,ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA<sup>4</sup></b> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,AJO,CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)<sup>2,4,14</sup></b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDIÁS</b> (ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO) <i>Bean salad</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b> <b>SALTEADO DE VERDURAS</b> <i>Grilled pork with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 775 - Prot: 33gr HDC: 96 gr - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr - Lip: 36 gr.
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA<sup>3</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO<sup>1,4</sup></b> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>MACARRONES CON ATÚN<sup>1,3,4</sup></b> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Pasta with tuna</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ<sup>1,6</sup></b> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA<sup>12</sup></b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>4</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal: 806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr.		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr - Lip: 38 gr.

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustráceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuets, <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 2019 - SIN LECHE**

DESAYUNOS  
Bebida de soja<sup>6</sup> y cacao<sup>7</sup>/ Zumos de frutas/Cereales varios<sup>8</sup>/ Tostadas<sup>1,9</sup>/ Aceite de oliva/Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p><b>LENTEJAS CON HORTALIZAS</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>TORTILLA DE PATATAS</b><sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Potatoes omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ARROZ DOS DELICIAS</b><sup>6</sup> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i></p> <p><b>MERLUZA SALSA VERDE</b> (HARINA,AJO,PEREJIL)<sup>1,4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN/PICATOSTES</b><sup>1,6</sup> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i></p> <p><b>CAZÓN ENHARINADO</b><sup>1,2,4,14</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Floured fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>MACARRONES CON TOMATE CASERO</b><sup>1,3</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>MERLUZA SALSA VERDE</b> (HARINA,AJO,PEREJIL)<sup>1,4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>COCIDO COMPLETO</b><sup>1,3,12</sup> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <i>Chickpeas,carrot,ham,chicken,sausages</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p><b>ESPAGUETIS CON TOMATE</b><sup>1,3</sup> (TOMATE,CEBOLLA,AJO) <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO</b><sup>12</sup> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA</b><sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE,LECHUGA,ZANAHORIA</b> <i>Omelette with tomato</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA</b><sup>4</sup> (ZANAHORIA,TOMATE,PATATA,ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,AJO,CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)</b><sup>2,4,14</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDIÁS</b> (ZANAHORIA,TOMATE,PIMIENTO) <i>Bean salad</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b> <b>SALTEADO DE VERDURAS</b> <i>Grilled pork with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 776 - Prot: 33gr HDC: 96 gr - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr - Lip: 36 gr.
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA</b><sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>MACARRONES CON ATÚN</b><sup>1,3,4</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Pasta with tuna</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ</b><sup>1,6</sup> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA</b><sup>12</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Bebida de soja<sup>6</sup>/Yogur soja<sup>6</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Soya Drink/Soya yogurt</i></p>
Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr - Lip: 38 gr.

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustráceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuètes, <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 2019 - SIN LEGUMBRES

DESAYUNOS  
Leche y cacao SIN SOJA<sup>1,7</sup> / Zumos de frutas/Cereales varios<sup>7</sup> / Tostadas PAN SIN SOJA<sup>2</sup> / Aceite de oliva / Mantequilla<sup>3</sup> / Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p><b>GUIZO DE PATATAS CON POLLO</b> (TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>stew potatoe with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA DE PATATAS</b><sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Potatoes omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 777,45 - Prot: 29,62 gr HDC: 92,39 gr - Lip: 25,51 gr.</p>	<p><b>ARROZ CON HORTALIZAS</b> (ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO) <i>Rice with vegetables</i></p> <p><b>CAZÓN ENHARINADO</b><sup>1,2,4,14</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Floured fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 804,49 - Prot: 36,65 gr HDC: 91,77 gr - Lip: 23,49 gr.</p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN</b> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>TOMATE ALIÑADO</b> <i>Grilled chicken with tomato</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 788,60 - Prot: 27,76 gr HDC: 109,77 gr - Lip: 26,50 gr.</p>	<p><b>MACARRONES CON TOMATE CASERO</b><sup>1,3</sup> (AJO, CEBOLLA, TOMATE) <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>MERLUZA SALSA VERDE</b> (HARINA, AJO, PEREJIL)<sup>1,4</sup> <b>JUDÍAS VERDES REHOGADAS</b> <i>Baked fish with green beans</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 770,11 - Prot: 27,62 gr HDC: 99,98 gr - Lip: 22,29 gr.</p>	<p><b>COCIDO SIN GARBANZOS</b><sup>1,3,12</sup> SOPA CON FIDEOS <i>Stew soup with noodles</i></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b> ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO <i>Carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup>/Yogur<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk/Yogurt</i></p> <p>Kcal: 803,86 - Prot: 53,23 gr HDC: 92,60 gr - Lip: 24,51 gr.</p>
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p><b>ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO</b><sup>1,3,7</sup> (TOMATE, CEBOLLA, AJO, QUESO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 787,48 - Prot: 30,95 gr HDC: 95,86 gr - Lip: 19,3 gr.</p>	<p><b>PATATAS MARINERAS</b><sup>4</sup> (ZANAHORIA, MERLUZA, PATATA) <i>Potatoes stew</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA</b><sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 804,58 - Prot: 27,76 gr HDC: 85,7 gr - Lip: 23,71 gr.</p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA</b><sup>4</sup> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 805,77 - Prot: 44,65 gr HDC: 85,67 gr - Lip: 37,16 gr.</p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE, AJO, CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)</b><sup>2,4,14</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 762,08 - Prot: 35,19 gr HDC: 96,31 gr - Lip: 20,33 gr.</p>	<p><b>ENSALADA DE PATATAS Y JUDÍAS VERDES</b> (ZANAHORIA, TOMATE, PATATA) <i>Green bean salad</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b> <b>ALCACHOFAS REHOGADAS</b> <i>Grilled pork with artichokes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup>/Yogur<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk/Yogurt</i></p> <p>Kcal: 747,93 - Prot: 35,11 gr HDC: 94,51 gr - Lip: 21,18 gr.</p>
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA DE QUESO</b><sup>3,7</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Cheese omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 781,95 - Prot: 33,74 gr HDC: 96,86 gr - Lip: 32,94 gr.</p>	<p><b>GUIZO DE PATATAS CON CHORIZO</b><sup>12</sup> (CEBOLLA, PATATA, CHORIZO) <i>Potatoes stew</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 750,36 - Prot: 32,5 gr HDC: 103,09 gr - Lip: 25,6 gr.</p>	<p><b>MACARRONES CON ATÚN</b><sup>1,3,4</sup> (AJO, CEBOLLA, TOMATE, ATÚN) <i>Pasta with tuna</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p> <p>Kcal: 788,9 - Prot: 34,59 gr HDC: 84,03 gr - Lip: 39,69 gr.</p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ (SIN PAN)</b> (TOMATE, PIMIENTO) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA</b><sup>12</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan SIN SOJA<sup>3</sup>/Leche<sup>7</sup>/Yogur<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk/Yogurt</i></p> <p>Kcal: 788,9 - Prot: 34,59 gr HDC: 84,03 gr - Lip: 39,69 gr.</p>

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustráceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cachuetas, <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 2019- SIN CERDO**

**DESAYUNOS**

Leche y cacao<sup>6,7</sup> / Zumos de frutas/Galletas<sup>6,7,8,11,12</sup>/Cereales varios<sup>2</sup> /  
Tostadas<sup>4,5</sup> / Aceite de oliva/ Mantequilla<sup>6,7</sup>/Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7																																			
<p><b>LENTEJAS A LA JARDINERA</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>TORTILLA DE PATATAS</b><sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Potatoes omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ARROZ CON HORTALIZAS</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Rice with vegetables</i></p> <p><b>MERLUZA SALSA VERDE</b> (HARINA,AJO,PEREJIL)<sup>1,4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN/PICATOSTES</b><sup>1,6</sup> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i></p> <p><b>PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA</b> <b>GUISANTES REHOGADOS</b> <i>Grilled chicken with peas</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES CON TOMATE CASERO</b><sup>1,3</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CAZÓN ENHARINADO</b><sup>1,2,4,14</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Floured fish with salad</i></p> <p>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></p>	<p><b>COCIDO COMPLETO</b><sup>1,3</sup> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA, POLLO</b> <i>Chickpeas,carrot,chicken</i></p> <p>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></p>	Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr. - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr. - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr. - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr. - Lip: 26 gr.	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14	<p><b>ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO</b><sup>1,3,7</sup> (TOMATE,CEBOLLA,AJO,QUESO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON HORTALIZAS</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, PATATA) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA</b><sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA</b><sup>4</sup> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>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></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,AJO,CEBOLLA) <i>Grilled fish with salad</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)</b><sup>2,4,14</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDIÁS</b> (ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO) <i>Bean salad</i></p> <p><b>PAVO A LA PLANCHA</b> <b>SALTEADO DE VERDURAS</b> <i>Grilled meat with vegetables</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 33gr HDC: 96 gr. - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr. - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr. - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr. - Lip: 36 gr.	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21	<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA DE QUESO</b><sup>3,7</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Cheese omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES CON ATÚN</b><sup>1,3,4</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Pasta with tuna</i></p> <p><b>PAVO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled turkey with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ</b><sup>1,6</sup> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr. - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr. - Lip: 38 gr.
Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr. - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr. - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr. - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr. - Lip: 26 gr.																																			
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14																																			
<p><b>ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO</b><sup>1,3,7</sup> (TOMATE,CEBOLLA,AJO,QUESO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON HORTALIZAS</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, PATATA) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA</b><sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA</b><sup>4</sup> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>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></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,AJO,CEBOLLA) <i>Grilled fish with salad</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)</b><sup>2,4,14</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDIÁS</b> (ZANAHORIA, TOMATE, PIMIENTO) <i>Bean salad</i></p> <p><b>PAVO A LA PLANCHA</b> <b>SALTEADO DE VERDURAS</b> <i>Grilled meat with vegetables</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 33gr HDC: 96 gr. - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr. - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr. - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr. - Lip: 36 gr.	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21	<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA DE QUESO</b><sup>3,7</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Cheese omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES CON ATÚN</b><sup>1,3,4</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Pasta with tuna</i></p> <p><b>PAVO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled turkey with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ</b><sup>1,6</sup> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr. - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr. - Lip: 38 gr.															
Kcal: 776 - Prot: 33gr HDC: 96 gr. - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr. - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr. - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr. - Lip: 36 gr.																																			
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21																																			
<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA DE QUESO</b><sup>3,7</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Cheese omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO</b><sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES CON ATÚN</b><sup>1,3,4</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Pasta with tuna</i></p> <p><b>PAVO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled turkey with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ</b><sup>1,6</sup> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</b> <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr. - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr. - Lip: 38 gr.																														
Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr. - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr. - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr. - Lip: 38 gr.																																			

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustráceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuets, <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 2019 - SIN HUEVO**

DESAYUNOS  
Leche y cacao<sup>6,7</sup> / Zumos de frutas/Galletas<sup>6,7,11,12</sup> / Cereales varios<sup>2</sup> /  
Tostadas<sup>4,5</sup> / Aceite de oliva/ Mantequilla<sup>6,7</sup> / Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7																																			
<p><b>LENTEJAS CON HORTALIZAS</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b></p> <p>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ARROZ DOS DELICIAS</b><sup>6</sup> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i></p> <p><b>MERLUZA SALSA VERDE</b> (HARINA,AJO,PEREJIL)<sup>1,4</sup></p> <p>MENESTRA DE VERDURAS <i>Baked fish with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN/PICATOSTES</b><sup>1,6</sup> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i></p> <p><b>ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA</b><sup>1,6</sup></p> <p>GUISANTES REHOGADOS <i>Meatballs with peas</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES SIN HUEVO/TOMATE CASERO</b> (AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Eggless pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CAZÓN ENHARINADO</b><sup>1,2,4,14</sup></p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA <i>Floured fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>COCIDO COMPLETO</b><sup>12</sup></p> <p><b>SOPA CON FIDEOS SIN HUEVO</b> <i>Stew soup with eggles noddles</i></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b></p> <p>GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO <i>Chickpeas,carrot,ham,chicken,sausages</i></p> <p>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></p>	Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14	<p><b>ESPAGUETIS SIN HUEVO TOMATE Y QUESO</b><sup>7</sup> (TOMATE,CEBOLLA,AJO,QUESO) <i>Eggless pasta with tomato sauce and cheese</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO</b><sup>1,4</sup></p> <p>PATATAS PANADERAS <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO</b><sup>12</sup> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i></p> <p><b>MERLUZA A LA PLANCHA</b><sup>4</sup></p> <p>ENSALADA DE TOMATE,LECHUGA,ZANAHORIA <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA</b><sup>4</sup> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b></p> <p>CHAMPIÑONES REHOGADOS <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>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></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,AJO,CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)</b><sup>2,4,14</sup></p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDIÁS</b> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Bean salad</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b></p> <p>SALTEADO DE VERDURAS <i>Grilled pork with vegetables</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 33gr HDC: 96 gr - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr - Lip: 36 gr.	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21	<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>CHULETA DE CERDO</b></p> <p>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO</b><sup>1,4</sup></p> <p>PATATAS PANADERAS <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES SIN HUEVO CON ATÚN</b><sup>4</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Eggless pasta with tuna</i></p> <p><b>SAN JACOBO</b><sup>1,6,7</sup></p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA <i>Breaded ham with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ</b><sup>1,6</sup> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA</b><sup>12</sup></p> <p>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr - Lip: 38 gr.
Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.																																			
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14																																			
<p><b>ESPAGUETIS SIN HUEVO TOMATE Y QUESO</b><sup>7</sup> (TOMATE,CEBOLLA,AJO,QUESO) <i>Eggless pasta with tomato sauce and cheese</i></p> <p><b>CARBONERO AL HORNO</b><sup>1,4</sup></p> <p>PATATAS PANADERAS <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO</b><sup>12</sup> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i></p> <p><b>MERLUZA A LA PLANCHA</b><sup>4</sup></p> <p>ENSALADA DE TOMATE,LECHUGA,ZANAHORIA <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA</b><sup>4</sup> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b></p> <p>CHAMPIÑONES REHOGADOS <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>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></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,AJO,CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i></p> <p><b>CAELLA A LA PLANCHA (AJO, PEREJIL)</b><sup>2,4,14</sup></p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE <i>Grilled fish with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDIÁS</b> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Bean salad</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b></p> <p>SALTEADO DE VERDURAS <i>Grilled pork with vegetables</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 33gr HDC: 96 gr - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr - Lip: 36 gr.	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21	<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>CHULETA DE CERDO</b></p> <p>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO</b><sup>1,4</sup></p> <p>PATATAS PANADERAS <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES SIN HUEVO CON ATÚN</b><sup>4</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Eggless pasta with tuna</i></p> <p><b>SAN JACOBO</b><sup>1,6,7</sup></p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA <i>Breaded ham with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ</b><sup>1,6</sup> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA</b><sup>12</sup></p> <p>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr - Lip: 38 gr.															
Kcal: 776 - Prot: 33gr HDC: 96 gr - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr - Lip: 36 gr.																																			
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21																																			
<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>CHULETA DE CERDO</b></p> <p>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>MERLUZA AL HORNO</b><sup>1,4</sup></p> <p>PATATAS PANADERAS <i>Baked fish with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES SIN HUEVO CON ATÚN</b><sup>4</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Eggless pasta with tuna</i></p> <p><b>SAN JACOBO</b><sup>1,6,7</sup></p> <p>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA <i>Breaded ham with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ</b><sup>1,6</sup> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA</b><sup>12</sup></p> <p>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>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></p>	Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr - Lip: 38 gr.																														
Kcal: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr - Lip: 38 gr.																																			

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustráceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuets, <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 2019 - SIN MARISCO**

**DESAYUNOS**  
 Leche y cacao<sup>6,7</sup> / Zumos de frutas/Galletas<sup>6,7,11,12</sup>/Cereales varios<sup>2</sup> /  
 Tostadas<sup>4,5</sup> / Aceite de oliva/ Mantequilla<sup>6,7</sup>/Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<b>LENTEJAS A LA JARDINERA</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i>  <b>TORTILLA DE PATATAS</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Potatoes omelette with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ARROZ DOS DELICIAS</b> <sup>6</sup> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i>  <b>MERLUZA Salsa VERDE</b> (HARINA,AJO,PEREJIL) <sup>1,4</sup> <b>MENESTRA DE VERDURAS</b> <i>Baked fish with vegetables</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>CREMA DE CALABACÍN/PICATOSTES</b> <sup>1,6</sup> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i>  <b>ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN Salsa</b> <sup>1,6</sup> <b>GUISANTES REHOGADOS</b> <i>Meatballs with peas</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>MACARRONES CON TOMATE CASERO</b> <sup>1,3</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE) <i>Pasta with tomato sauce</i>  <b>CARBONERO A LA PLANCHA</b> <sup>4</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Grilled fish 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>	<b>COCIDO COMPLETO</b> <sup>1,3,12</sup> <b>SOPA CON FIDEOS</b> <i>Stew soup with noodles</i>  <b>REPOLLO REHOGADO</b> <b>GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO</b> <i>Chickpeas,carrot,ham,chicken,sausages</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: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<b>ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO</b> <sup>1,3,7</sup> (TOMATE,CEBOLLA,AJO,QUESO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i>  <b>CARBONERO AL HORNO</b> <sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO</b> <sup>12</sup> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i>  <b>TORTILLA FRANCESA</b> <sup>3</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Omelette with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ENSALADA CAMPERA</b> <sup>4</sup> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE, ATÚN) <i>Potatoes salad</i>  <b>JAMONCITOS DE POLLO</b> <b>CHAMPIÑONES REHOGADOS</b> <i>Baked chicken with mushrooms</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>	<b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE,AJO,CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i>  <b>MERLUZA A LA PLANCHA</b> <sup>4</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE</b> <i>Grilled fish with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ENSALADA DE JUDÍAS</b> (ZANAHORIA,TOMATE,PIMIENTO) <i>Bean salad</i>  <b>CHULETA DE AGUJA</b> <b>SALTEADO DE VERDURAS</b> <i>Grilled pork 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: 776 - Prot: 33gr HDC: 96 gr - Lip: 19gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68gr - Lip: 36 gr.
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA,PIMIENTO,CEBOLLA,AJO) <i>Rice with chicken</i>  <b>TORTILLA DE QUESO</b> <sup>3,7</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ</b> <i>Cheese omelette with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE,ZANAHORIA,PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i>  <b>MERLUZA AL HORNO</b> <sup>1,4</sup> <b>PATATAS PANADERAS</b> <i>Baked fish with potatoes</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>MACARRONES CON ATÚN</b> <sup>1,3,4</sup> (AJO,CEBOLLA,TOMATE,ATÚN) <i>Pasta with tuna</i>  <b>SAN JACOBO</b> <sup>1,6,7</sup> <b>ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA</b> <i>Breaded ham with salad</i>  Agua/Fruta fresca de temporada/Pan <sup>1,6</sup> /Leche <sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i>	<b>DÍA FESTIVO</b>	<b>GAZPACHO ANDALUZ</b> <sup>1,6</sup> (TOMATE,PIMIENTO,PAN) <i>Gazpacho</i>  <b>FILETE RUSO A LA PLANCHA</b> <sup>12</sup> <b>ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA</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: 776 - Prot: 36gr HDC: 85gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal:806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54gr - Lip: 38 gr.

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustráceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuets, <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 2019 - SIN PESCADO**

DESAYUNOS  
Leche y cacao<sup>6,7</sup> / Zumos de frutas/Galletas<sup>6,7,11,12</sup>/Cereales varios<sup>2</sup>  
Tostadas<sup>4,5</sup> / Aceite de oliva/ Mantequilla<sup>6,7</sup>/Mermelada



LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<p><b>LENTEJAS A LA JARDINERA</b> (PATATA, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Lentils with vegetables</i></p> <p><b>TORTILLA DE PATATAS</b><sup>3</sup> ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ <i>Potatoes omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ARROZ DOS DELICIAS</b><sup>6</sup> (ZANAHORIA, JAMÓN YORK) <i>Rice with ham and carrots</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA <i>Grilled chicken with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CREMA DE CALABACÍN/PICATOSTES</b><sup>1,6</sup> (CALABACÍN, PATATA, CEBOLLA) <i>Vegetables cream with croutons</i></p> <p><b>ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA</b><sup>1,6</sup> GUISANTES REHOGADOS <i>Meatballs with peas</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES CON TOMATE CASERO</b><sup>1,3</sup> (AJO, CEBOLLA, TOMATE) <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b> MENESTRA DE VERDURAS <i>Grilled pork with vegetables</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>COCIDO COMPLETO</b><sup>1,3,12</sup> SOPA CON FIDEOS <i>Stew soup with noodles</i></p> <p><b>REPOLLO REHOGADO</b> GARBANZOS, ZANAHORIA, JAMÓN, POLLO, CHORIZO <i>Chickpeas, carrot, ham, chicken, sausages</i></p> <p>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></p>
Kcal: 775 - Prot: 32 gr HDC: 89 gr - Lip: 32 gr.	Kcal: 766 - Prot: 38 gr HDC: 89 gr - Lip: 29 gr.	Kcal: 785 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 40 gr.	Kcal: 814 - Prot: 37 gr HDC: 102 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 803 - Prot: 38 gr HDC: 104 gr - Lip: 26 gr.
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<p><b>ESPAGUETIS CON TOMATE Y QUESO</b><sup>1,3,7</sup> (TOMATE, CEBOLLA, AJO, QUESO) <i>Pasta with tomato sauce and cheese</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> PATATAS PANADERAS <i>Grilled chicken with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>CAZUELA DE LENTEJAS CON CHORIZO</b><sup>12</sup> (ZANAHORIA, CHORIZO, PATATA) <i>Lentils with sausage</i></p> <p><b>TORTILLA FRANCESA</b><sup>3</sup> ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA <i>Omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA CAMPERA</b> (ZANAHORIA, PATATA, TOMATE) <i>Potatoes salad</i></p> <p><b>JAMONCITOS DE POLLO</b> CHAMPIÑONES REHOGADOS <i>Baked chicken with mushrooms</i></p> <p>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></p>	<p><b>ARROZ CON TOMATE</b> (TOMATE, AJO, CEBOLLA) <i>Rice with tomato sauce</i></p> <p><b>PAVO A LA PLANCHA</b> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE JUDIÁS</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, TOMATE) <i>Bean salad</i></p> <p><b>CHULETA DE AGUJA</b> SALTEADO DE VERDURAS <i>Grilled pork with vegetables</i></p> <p>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></p>
Kcal: 776 - Prot: 33 gr HDC: 96 gr - Lip: 19 gr.	Kcal: 807 - Prot: 36 gr HDC: 74 gr - Lip: 41 gr.	Kcal: 795 - Prot: 35 gr HDC: 53 gr - Lip: 51 gr.	Kcal: 755 - Prot: 32 gr HDC: 86 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 758 - Prot: 41 gr HDC: 68 gr - Lip: 36 gr.
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<p><b>ARROZ MELOSO CON POLLO</b> (ZANAHORIA, PIMIENTO, CEBOLLA, AJO) <i>Rice with chicken</i></p> <p><b>TORTILLA DE QUESO</b><sup>3,7</sup> ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, MAÍZ <i>Cheese omelette with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>ENSALADA DE GARBANZOS</b> (TOMATE, ZANAHORIA, PIMIENTO) <i>Chickpeas salad</i></p> <p><b>POLLO A LA PLANCHA</b> PATATAS PANADERAS <i>Grilled meat with potatoes</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>MACARRONES CON TOMATE CASERO</b><sup>1,3</sup> (AJO, CEBOLLA, TOMATE) <i>Pasta with tomato sauce</i></p> <p><b>SAN JACOBO</b><sup>1,6,7</sup> ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA <i>Breaded ham with salad</i></p> <p>Agua/Fruta fresca de temporada/Pan<sup>1,6</sup>/Leche<sup>7</sup> <i>Water/Seasonal fruit/Bread/Milk</i></p>	<p><b>DÍA FESTIVO</b></p>	<p><b>GAZPACHO ANDALUZ</b><sup>1,6</sup> (TOMATE, PIMIENTO, PAN) <i>Gazpacho</i></p> <p><b>FILETE RUSO A LA PLANCHA</b><sup>12</sup> ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA, ZANAHORIA <i>Grilled meat with salad</i></p> <p>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></p>
Kcal: 776 - Prot: 36 gr HDC: 85 gr - Lip: 31 gr.	Kcal: 745 - Prot: 34 gr HDC: 75 gr - Lip: 35 gr.	Kcal: 806 - Prot: 28 gr HDC: 115 gr - Lip: 26 gr.		Kcal: 687 - Prot: 34 gr HDC: 54 gr - Lip: 38 gr.

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

<sup>1</sup>Cereales que contengan gluten, <sup>2</sup>Crustráceos, <sup>3</sup>Huevos, <sup>4</sup>Pescado, <sup>5</sup>Cacahuets, <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