

MENÚ JUNIO 2021_ Sin lactosa y sin huevo

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
31		1	Alubias Blancas Guisadas Ragout de Pollo Calabaza Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	2	Arroz con Tomate Merluza al Horno con Hierbas Aromáticas Judías Verdes Salteadas Pan Fruta de Temporada	3	Lentejas con Verduras Cinta de Lomo de Cerdo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	4	Crema de Zanahoria Palometa al Horno en Salsa de Adobo Patatitas al Vapor Pan Fruta de Temporada
7	Arroz con Verduras Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	8	Garbanzos Estofados Rotti de Pavo Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	9	Pasta Dieta Napolitana Salmón al Horno al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Fruta de Temporada	10	Crema de Verduras Hamburguesa con Cebolla al Horno Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	11	Alubias Blancas Guisadas Filete de Pollo a la Plancha Coliflor Ajoarriero Pan Fruta de Temporada
14	Crema Vichyssoise Magro de Cerdo Patatitas al Horno Pan Fruta de Temporada	15	Potaje de Lentejas con Calabaza Jurel al Horno al Limón Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	16	Pasta Dieta Gratinada Ternera en Salsa Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	17	Alubias Blancas Guisadas Pollo Asado Calabacín Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	18	Arroz con Tomate Bacalao al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Fruta de Temporada

ALÉRGICOS
 1_Gluten
 2_Crustáceos
 3_Huevo
 4_Pescado
 5_Cacahuete
 6_Soja
 7_Leche y derivados
 8_Frutos Secos
 9_Apio
 10_Mostaza
 11_Sésamo
 12_Sulfitos
 13_Altramucos
 14_Moluscos