

JUNIO

● 1	2	3	4	5	6	7
● 8	9	10	11	12	13	14
● 15	16	17	18	19	20	21
● 22	23	24	25	26	27	28

1

2

3

4

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<ul style="list-style-type: none"> Sopa de hortalizas con fideos integrales ECO (2) Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, pepino y zanahoria Yogur (7) o fruta, pan integral (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada completa (5) Arroz con verduras y garbanzos Fruta, pan integral (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Crema templada de verduras de temporada Lasaña vegetal (2,7,10) Ensalada de lechuga, tomate y maíz (5) Fruta, pan (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Guisado de patatas y verduras Pasta de lenteja con espinacas al ajillo Fruta, pan (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Lentejas ECO estofadas con verduras Huevos al horno con pisto (8) Fruta, pan integral (2) y agua
<ul style="list-style-type: none"> Gazpacho (5) Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, garbanzos, zanahorias y aceitunas (5,8) Yogur (7) o fruta, pan integral (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de lechuga, zanahoria y maíz (5) Nuggets vegetales con verduras gratinadas (2,7,8,10) Fruta, pan (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Pasta integral con pesto de espinacas (2,6,7) Alubias blancas salteadas con verduras asadas Fruta, pan (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Arroz con verduras y huevo cocido (8) Ensalada Valenciana (5) Fruta, pan (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Estofado de garbanzos con espinacas Pisto gratinado con queso y patatas cocidas (7) Fruta, pan integral (2) y agua
<ul style="list-style-type: none"> Arroz con pisto de verdura Tortilla francesa (8) Ensalada mixta sin atún (5) Yogur (7) o fruta, pan (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Patatas guisadas Guisantes en salsa verde con ensalada Arco iris (5) Fruta, pan integral (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Lentejas guisadas ECO (5) Ensalada completa con queso y aceitunas (5,7) Fruta, pan (2) y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Ensalada de la huerta (5) Fideuà de verduras y huevo (2,8) Fruta, pan y agua 	<ul style="list-style-type: none"> Crema templada de verduras de temporada y garbanzos Milanesa de tofu con ensalada de lechuga, cebolla y tomate (5,10) Fruta, pan integral (2) y agua
<ul style="list-style-type: none"> Pasta integral con salsa alla Norma (2) Hamburguesas caseras de soja (10) Ensalada de lechuga, zanahoria y queso fresco (5,7) Yogur (7) o fruta, pan integral (2) y agua 				

ENSALADA: el listado completo de ingredientes se encuentra en el dossier informativo.

Fruta DE TEMPORADA (como postre y ensaladas): fresas, albaricoque, arándanos, cerezas, melocotón, melón, naranja, nectarina, níspero, pera, plátano, sandía. Se dará prioridad al producto que se encuentre en mejor punto de maduración.

YOGUR NATURAL SIN AZÚCAR NI EDULCORANTES

ALÉRGENOS DE DECLARACIÓN OBLIGATORIA (Reglamento (UE) n° 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011):

1. Cacahuets, 2. Gluten, 3. Crustáceos, 4. Moluscos, 5. Sulfitos, 6. Frutos de cáscara, 7. Leche o derivados, 8. Huevo, 9. Pescado, 10. Soja, 11. Apio, 12. Sésamo, 13. Mostaza y 14. Altramucos.

Natalia Hospido Dietista-Nutricionista, N° Col GA00110