

Menú secundaria - Septiembre 2024

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos

JUEVES	VIERNES
5	6 - Italian Friday
Spaghetti saltados (1,3,6,10)	Ensalada Capresse (7)
Pollo asado	Lasaña bolognese (1,3,5,6,7,8,10,11)
Pakoras de verduras	Lasaña con boloñesa vegetal (prot. Guisante o soja texturizada) (1,3,5,6,7,8,10,11)
Cuscus (1,6,10)	Pan de ajo (1,7,12)
Champiñones salteados	Zanahorias baby
Ensalada de manzana con salsa cocktail (3,6)	Ensalada Mediterránea (3,4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada

kcal 631,8 Lip 24,4 Prot 20,2 HdC 83	kcal 958,1 Lip 48,2 Prot 55,5 HdC 76
12	13 - Chinese Friday
Salmorejo Cordobés (1,3,6,12)	Rollitos de primavera (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,14)
Magro de cerdo con jardinera	Filete de pollo Katsu al estilo Japonés con salsa de curry
Pakoras de verduras	Tofu al estilo Katsu servido con salsa de curry (1,6,10,12)
Patatas cuadradillo (12)	Arroz blanco
Champiñones salteados	Zanahorias baby
Ensalada mixta con huevo (3,6)	Ensalada oriental (10)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Biscocho de naranja (1,3,7) Fruta fresca de temporada

kcal 631,8 Lip 24,4 Prot 20,2 HdC 83	kcal 1118,0 Lip 66,4 Prot 68,8 HdC 65
19	20 - Caribbean FRIDAY
Ensaladilla Rusa (3,4,6)	Arroz Gallo Pinto al estilo de Costa Rica (arroz, judías, pimientos, tomate, cebolla y cilantro)
Hamburguesa de ternera encbollada (1,6,12)	Quesadilla de pollo con cebolla caramelizada (1)
Hamburguesa de judías blancas con cebolla	Quesadilla vegana con cebolla caramelizada (1,6)
Coliflor rehogada	Pimientos fritos
Patatas fritas (12)	Guacamole
Ensalada del cheff	Ensalada de la casa (3,4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada

kcal 979,0 Lip 46,8 Prot 46,8 HdC 91	kcal 675,2 Lip 21,0 Prot 23,2 HdC 98
25	26
Guisantes salteados con bacon	Lentejas ecológicas en ensalada
Empanada de carne (1,3,5,6,7,8,10,11)	Tortilla española (3)
Empanada casera de pisto (1,3,5,6,7,8,10,11)	Salmón al grill (4)
Ensalada de pasta tricolor (1,3,6,10)	Cus-cus (1,6,10)
Gazpacho (1)	Calabacín a la plancha con especias
Espárragos con Mayonesa (3,6)	Ensalada con atún (4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada

kcal 688,2 Lip 27,9 Prot 37,7 HdC 72	kcal 958,1 Lip 48,2 Prot 55,5 HdC 76
27 Indian Friday	
Ensalada Raita (pepino, tomate, cebolla y aceitunas)	
Pollo al curry (7)	
Tofu al curry (1,6,10,12)	
Arroz blanco	
Zanahorias baby	
Ensalada de manzana y aliño de miel y mostaza (10)	
Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada	

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
9	10	11
Judías verdes salteadas	Ensalada de lentejas ecológicas	Macarrones alla Norma (1,3,6,10)
Albóndigas de ternera en salsa de tomate (1,6,7,12)	Tortilla española (3)	Calamares a la andaluza (1,6,10,14)
Falafel casero con salsa de yogur (7)	Filete de pechuga de pollo a las finas hierbas	Berenjena rellena de vegetales y boloñesa vegetal (1,6)
Patatas horneadas (12)	Parrillada de verduras	Patatas al horno (12)
Daditos de calabacín salteados	Cous Cous (1,6,10)	Espárragos con mahonesa (3,6)
Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada del chef	Ensalada Mediterránea (3,4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada

kcal 926,4 Lip 42,7 Prot 26,1 HdC 110	kcal 809,9 Lip 33,0 Prot 45,7 HdC 81	kcal 817,8 Lip 59,8 Prot 33,0 HdC 37
16	17	18
Espaguetis con salsa casera de tomate (1,3,6,10)	Ensalada de garbanzos ecológicos	Paella vegetal
Bacalao a la Portuguesa (4,12)	Pollo asado	Fishfingers con salsa BBQ (1,4,6,10)
Cinta de lomo con pimientos	Fajitas de seitán y asadillo de verduras (1,6)	Omelette de espinacas (3)
Croquetas vegetales (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14)	Judías verdes	Patatas de guarnición (12)
Brócoli salteados con ajitos	Patatitas dado (12)	Hummus con crudités
Cuscus (1,6,10)	Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada verde
Ensalada con aliño agri dulce (6,12)		
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada

kcal 662,8 Lip 25,3 Prot 28,3 HdC 81	kcal 857,9 Lip 30,4 Prot 34,5 HdC 111	kcal 979,0 Lip 46,8 Prot 46,8 HdC 91
23	24	25
Macarrones con tomate gratinados con queso (1,3,6,7,10)	Patatas riojanas (12)	Guisantes salteados con bacon
Brochetas adobadas	Fil. de merluza rebozada (1,3,4,6,10)	Empanada de carne (1,3,5,6,7,8,10,11)
Seitán salteado con vegetales (1,6)	Calabacín rellenos de seitán y vegetales (1,6)	Empanada casera de pisto (1,3,5,6,7,8,10,11)
Patatas al horno (12)	Champiñones salteados	Ensalada de pasta tricolor (1,3,6,10)
Verduras a la parrilla	Escalivada	Gazpacho (1)
Ensalada con huevo duro (3)	Ensalada del Cheff	Espárragos con Mayonesa (3,6)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada

kcal 1041,0 Lip 35,1 Prot 57,4 HdC 132	kcal 1004,6 Lip 66,3 Prot 40,7 HdC 107	kcal 688,2 Lip 27,9 Prot 37,7 HdC 72
30		
Coditos con tomate y atún (1,3,4,6,10)		
Quiché de york y queso (1,3,5,6,7,8,10,11)		
Albóndigas vegetarianas (1,6)		
Patatas fritas		
Champiñones con bacon		
Ensalada de la Casa		
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada		

- VERDURAS
- PASTA, ARROZ, HUEVOS
- PESCADO
- CARNE
- POSTRES



Menú secundaria sin gluten - Septiembre 2024

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9	10	11	5	6 - Italian Friday
Judías verdes salteadas	Ensalada de lentejas ecológicas	<u>Macarrones sin alérgenos alla Norma</u>	<u>Pasta sin alérgenos salteada</u>	Ensalada Capresse (7)
<u>Albóndigas caseras sin alérgenos en salsa de tomate</u>	Tortilla española (3)	Calamares a la andaluza sin gluten (harina de maíz: 14)	Pollo asado	Lasaña bolognese (placas sin alérgenos), Bechamel elaborada con harina de maíz y bebida vegetal (6)
Patatas horneadas (12) Daditos de calabacín salteados Ensalada Mediterránea (3,4)	Parrillada de verduras Cous Cous de arroz Ensalada del chef	Patatas al horno (12) Espárragos con mahonesa (3,6) Ensalada Mediterránea (3,4)	Cuscus (sin alérgenos) Champiñones salteados Ensalada de manzana con salsa cocktail (3,6)	Pan sin gluten de ajo (7,12) Zanahorias baby Ensalada Mediterránea (3,4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero sin gluten Fruta fresca de temporada
16	17	18	12	13 - Chinese Friday
<u>Pasta sin alérgenos con salsa casera de tomate</u>	Ensalada de garbanzos ecológicos	Paella vegetal	Salmorejo Cordobés (elaborado con pan sin gluten) (3,6,12)	<u>Arroz blanco con salteado de vegetales</u>
Bacalao a la Portuguesa (4,12)	Pollo asado	Omelette de espinacas (3)	Magro de cerdo con jardinera	Filete de pollo Katsu al estilo Japonés con salsa de curry
Brócoli salteados con ajitas Cuscus sin alérgenos Ensalada con aliño agrídulce (6,12)	Judías verdes Patatitas dado (12) Ensalada Mediterránea (3,4)	Patatas de guarnición (12) Hummus con crudités Ensalada verde	Patatas cuadradillo (12) Champiñones salteados Ensalada mixta con huevo (3,6)	Zanahorias baby Ensalada oriental (10)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Bizcocho casero de naranja sin gluten Fruta fresca de temporada
23	24	25	19	20 - Caribbean FRIDAY
<u>Macarrones sin alérgenos con tomate gratinados con queso (7)</u>	Patatas riojanas (12)	Guisantes salteados con bacon	Ensaladilla Rusa (3,4,6)	<u>Arroz Galla Pinto al estilo de Costa Rica</u> (arroz, judías, pimientos, tomate, cebolla y cilantro)
Brochetas adobadas	Filete de merluza andaluza (harina de maíz: 4)	<u>Tortilla de patata y calabacín (3,12)</u>	<u>Hamburguesa casera sin alérgenos encebollada</u>	<u>Quesadilla de pollo con cebolla caramelizada (sin gluten)</u>
Patatas al horno (12) Verduras a la parrilla Ensalada con huevo duro (3)	Champiñones salteados Escalivada Ensalada del Cheff	Ensalada de pasta sin alérgenos Gazpacho (1) Espárragos con Mayonesa (3,6)	Coliflor rehogada Patatas fritas (12) Ensalada del cheff	Pimientos fritos Guacamole Ensalada de la casa (3,4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada
30			26	27 Indian Friday
<u>Pasta sin alérgenos con tomate y atún (4)</u>			Lentejas ecológicas en ensalada	Ensalada Raita (pepino, tomate, cebolla y aceitunas)
<u>Tortilla francesa de york y queso (3,6,7)</u>			Salmón al grill (4)	Pollo al curry (7)
Patatas fritas Champiñones con bacon Ensalada de la Casa			Cus-cus (sin alérgenos) Calabacín a la plancha con especias Ensalada con atún (4)	Arroz blanco Zanahorias baby Ensalada de manzana y aliño de miel y mostaza (10)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada			Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada

VERDURAS
PASTA, ARROZ, HUEVOS
PESCADO
CARNE
POSTRES

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Menú secundaria sin carne de cerdo - Septiembre 2024

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9	10	11	12	13 - Chinese Friday
Judías verdes salteadas	Ensalada de lentejas ecológicas	Macarrones alla Norma (1,3,6,10)	Salmorejo Cordobés (1,3,6,12). Sin jamón.	Rollitos de primavera (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,14)
Falafel casero con salsa de yogur (7)	Tortilla española (3)	Calamares a la andaluza (1,6,10,14)	Pakoras de verduras	Filete de pollo Katsu al estilo Japonés con salsa de curry
Patatas horneadas (12) Daditos de calabacín salteados Ensalada Mediterránea (3,4)	Parrillada de verduras Cous Cous (1,6,10) Ensalada del chef	Patatas al horno (12) Espárragos con mahonesa (3,6) Ensalada Mediterránea (3,4)	Patatas cuadradillo (12) Champiñones salteados Ensalada mixta con huevo (3,6)	Arroz blanco Zanahorias baby Ensalada oriental (10)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Bizcocho de naranja (1,3,7) Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20 - Caribbean FRIDAY
Espaguetis con salsa casera de tomate (1,3,6,10)	Ensalada de garbanzos ecológicos	Paella vegetal	Ensaladilla Rusa (3,4,6)	Arroz Gallo Pinto al estilo de Costa Rica (arroz, judías, pimientos, tomate, cebolla y cilantro)
Bacalao a la Portuguesa (4,12)	Pollo asado	Omelette de espinacas (3)	Hamburguesa de judías blancas con cebolla	Quesadilla de pollo con cebolla caramelizada (1)
Brécoli salteados con ajitas Cuscus (1,6,10) Ensalada con aliño agrídulce (6,12)	Judías verdes Patatitas dadas (12) Ensalada Mediterránea (3,4)	Patatas de guarnición (12) Hummus con crudités Ensalada verde	Coliflor rehogada Patatas fritas (12) Ensalada del cheff	Pimientos fritos Guacamole Ensalada de la casa (3,4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 Indian Friday
Macarrones con tomate gratinados con queso (1,3,6,7,10)	Patatas guisadas con verduras (12)	Guisantes salteados	Lentejas ecológicas en ensalada	Ensalada Raita (pepino, tomate, cebolla y aceitunas)
Seitán salteado con vegetales (1,6)	Fil. de merluza rebozada (1,3,4,6,10)	Empanada casera de pisto (1,3,5,6,7,8,10,11)	Tortilla española (3)	Pollo al curry (7)
Patatas al horno (12) Verduras a la parrilla Ensalada con huevo duro (3)	Champiñones salteados Escalivada Ensalada del Cheff	Ensalada de pasta tricolor (1,3,6,10) Gazpacho (1) Espárragos con Mayonesa (3,6)	Cus-cus (1,6,10) Calabacín a la plancha con especias Ensalada con atún (4)	Arroz blanco Zanahorias baby Ensalada de manzana y aliño de miel y mostaza (10)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada
30				
Coditos con tomate y atún (1,3,4,6,10)				
Albóndigas vegetarianas (1,6)				
Patatas fritas Champiñones Ensalada de la Casa				
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada				

VERDURAS
PASTA, ARROZ, HUEVOS
PESCADO
CARNE
POSTRES

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuces	Moluscos



Menú secundaria ovolacteo vegetariano - Septiembre 2024

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9	10	11	12	13 - Chinese Friday
Judías verdes salteadas	Ensalada de lentejas ecológicas	Macarrones alla Norma (1,3,6,10)	Salmorejo Cordobés (1,3,6,12). Sin jamón.	Rollitos de primavera (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,14)
Falafel casero con salsa de yogur (7)	Tortilla española (3)	Berenjena rellena de vegetales y boloñesa vegetal (1,6)	Pakoras de verduras	Tofu al estilo Katsu servido con salsa de curry (1,6,10,12)
Patatas horneadas (12)	Parrillada de verduras	Patatas al horno (12)	Patatas cuadradillo (12)	Arroz blanco
Daditos de calabacín salteados	Cous Cous (1,6,10)	Espárragos con mahonesa (3,6)	Champiñones salteados	Zanahorias baby
Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada del chef	Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada mixta con huevo (3,6)	Ensalada oriental (10)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Bizcocho de naranja (1,3,7) Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20 - Caribbean FRIDAY
Espaguetis con salsa casera de tomate (1,3,6,10)	Ensalada de garbanzos ecológicos	Paella vegetal	Ensaladilla Rusa (3,6). Sin atún.	Arroz Gallo Pinto al estilo de Costa Rica (arroz, judías, pimientos, tomate, cebolla y cilantro)
Croquetas vegetales (1,2,3,4,6,7,8,9,10,14)	Fajitas de seitán y asadillo de verduras (1,6)	Omelette de espinacas (3)	Hamburguesa de judías blancas con cebolla	Quesadilla vegana con cebolla caramelizada (1,6)
Brócoli salteado con ajitas	Judías verdes	Patatas de guarnición (12)	Coliflor rehogada	Pimientos fritos
Cuscus (1,6,10)	Patatitas dadas (12)	Hummus con crudités	Patatas fritas (12)	Guacamole
Ensalada con aliño agrícolce (6,12)	Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada verde	Ensalada del chef	Ensalada de la casa (3,4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 Indian Friday
Macarrones con tomate gratinados con queso (1,3,6,7,10)	Patatas guisadas con verduras (12)	Guisantes salteados	Lentejas ecológicas en ensalada	Ensalada Raita (pepino, tomate, cebolla y aceitunas)
Seitán salteado con vegetales (1,6)	Calabacín rellenos de seitán y vegetales (1,6)	Empanada casera de pisto (1,3,5,6,7,8,10,11)	Tortilla española (3)	Tofu al curry (1,6,10,12)
Patatas al horno (12)	Champiñones salteados	Ensalada de pasta tricolor (1,3,6,10)	Cus-cus (1,6,10)	Arroz blanco
Verduras a la parrilla	Escalivada	Gazpacho (1)	Calabacín a la plancha con especias	Zanahorias baby
Ensalada con huevo duro (3)	Ensalada del Chef	Espárragos con Mayonesa (3,6)	Ensalada con atún (4)	Ensalada de manzana y aliño de miel y mostaza (10)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre casero (1,3,7) Fruta fresca de temporada
30				
Coditos con tomate y atún (1,3,4,6,10)				
Albóndigas vegetarianas (1,6)				
Patatas fritas				
Champiñones				
Ensalada de la Casa				
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada				

VERDURAS
PASTA, ARROZ, HUEVOS
PESCADO
CARNE
POSTRES

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramuzes	Moluscos



Menú secundaria bajo en calorías - Septiembre 2024

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9	10	11	12	13 - Chinese Friday
Judías verdes salteadas	Ensalada de lentejas ecológicas	<u>Rollitos de espárragos blancos y pavo (6)</u>	Salmorejo Cordobés (1,6,12). Sin guarnición.	<u>Parrillada de verduras</u>
<u>Salmón al horno en papillote (4)</u>	<u>Filete de pechuga de pollo a las finas hierbas</u>	<u>Calamares al limón (horno) (14)</u>	<u>Tortilla francesa con jardinera (3)</u>	<u>Filete de pollo a la plancha con toque de curry</u>
Daditos de calabacín salteados Ensalada Mediterránea (3,4)	Parrillada de verduras Cous Cous (1,6,10) Ensalada del chef	Patatas al horno (12) Pasta salteada (1,3,6,10) Ensalada Mediterránea (3,4)	Patatas cuadradillo al vapor (12) Champiñones salteados Ensalada mixta (no huevo)	Arroz blanco Zanahorias baby Ensalada oriental (10)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada
16	17	18	19	20 - Caribbean FRIDAY
Brócoli salteados con ajitos	Ensalada de garbanzos ecológicos	Hummus con crudités	Coliflor rehogada	<u>Ensalada de arroz con vegetales (pimientos, tomate, cebolla y cilantro)</u>
<u>Bacalao a la vizcaína (horno con pimientos) (4)</u>	<u>Pollo asado (retirar piel antes de consumo) con asadillo de verduras</u>	<u>Omelette de espinacas (3)</u>	<u>Hamburguesa de judías blancas (plancha) con cebolla asada</u>	<u>Lagrimitas de pollo a la plancha con salteado de pimientos</u>
Cuscus (1,6,10) Ensalada (aliñada con AOVE y vinagre)	Judías verdes Ensalada Mediterránea (3,4)	Ensalada de arroz Ensalada verde	Patatas al vapor (12) Ensalada del cheff	Guacamole Ensalada de la casa (3,4)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada
23	24	25	26	27 Indian Friday
Verduras a la parrilla	Champiñones salteados	Guisantes salteados (no bacon)	Lentejas ecológicas en ensalada	Ensalada Raita (pepino, tomate, cebolla y aceitunas)
<u>Lomo al horno con vegetales</u>	<u>Fil. de merluza al horno/plancha con ajo y perejil (4)</u>	<u>Tortilla francesa de calabacín (3)</u>	<u>Salmón al grill (4)</u>	<u>Taquitos de pollo salteados con toque de curry</u>
Pasta en ensalada (1,3,6,10) Ensalada con huevo duro (3)	Escalivada Ensalada del Cheff	Gazpacho (1) Espárragos	Cus-cus (1,6,10) Calabacín a la plancha con especias Ensalada con atún (4)	Arroz blanco Zanahorias baby Ensalada de manzana (sin aliño de miel)
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada	Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada
30				
<u>Salteado de verduras</u>				
<u>Tortilla de espinacas (3)</u>				
Patatas hervidas (12) Champiñones Ensalada de la Casa				
Postre lácteo (7) Fruta fresca de temporada				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Gluten	Crustáceos	Huevos	Pescado	Cacahuete	Soja	Leche	Frutos de cáscara	Apio	Mostaza	Sésamo	Sulfitos	Altramucos	Moluscos

VERDURAS
PASTA, ARROZ, HUEVOS
PESCADO
CARNE
POSTRES