

MENÚS DEL 10 al 16 DE JUNIO

COMIDAS

	LUNES 1º PLATO A ELEGIR	MARTES 1º PLATO A ELEGIR	MIÉRCOLES 1º PLATO A ELEGIR	JUEVES 1º PLATO A ELEGIR	VIERNES 1º PLATO A ELEGIR	SABADO 1º PLATO A ELEGIR	DOMINGO 1º PLATO A ELEGIR
1A	1A SALMOREJO	1A GAZPACHO ANDALUZ	1A SALMOREJO	1A GAZPACHO	1A SALMOREJO	1A GAZPACHO	1A SALMOREJO
1B	1B MACARRONES GRATINADOS CON BACON Y BECHAMEL	1B TALLARINES A LA CARBONARA	1B ESPAGUETIS A LA PUTANESCA	1B TORTELLINI A LA TARTUFATA	1B CODITOS CON BEICON Y BECHAMEL GRATINADOS	1B RAVIOLIS AL PESTO ROJO	1B ARROZ CALDERO
1C	1C ENSALADA DE PASTA	1C ENSALADA DE PATATA	1C ARROZ CALDERO	1C LENTEJAS CON CHORIZO	1C PASTA SALTEADA CON VERDURAS	1C LASAÑA CASERA DE CARNE	1C CROQUETAS CASERAS DE JAMON CON PATATAS
2A	2A PAELLA DE SECRETO Y VERDURAS	2A POLLO AL AJO CABAÑIL CON PATATAS	2A LOMO AL ROMERO CON PATATAS	2A CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATAS	2A MAGRA CON TOMATE Y PATATAS	2A FAJITAS DE POLLO CON PATATAS	2A PECHUGA EMPANADA CON PATATAS FRITAS
2B	2B GUIZO DE CHOCO	2B FIDEUA DE MARISCO	2B LECHA EN SALSA VERDE CON ARROZ SALTEADO	2B ARROZ A BANDA	2B MERLUZA A LA VASCA CON ARROZ SALTEADO	2B DORADA A LA ESPALDA CON ARROZ SALTEADO	2B MERLUZA A LA PLANCHA CON ARROZ SALTEADA
2C	2C REVUELTO DE VERDURAS	2C TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA	2C REVUELTO DE MORCILLA Y AJOS TIERNOS	2C MOJETE MURCIANO	2C TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA	2C ARROZ TRES DELICIAS	2C ZARANGOLLO
1A	1A SALMOREJO	1A GAZPACHO ANDALUZ	1A SALMOREJO	1A GAZPACHO	1A SALMOREJO	1A GAZPACHO	1A SALMOREJO
1B	1B MACARRONES GRATINADOS CON BACON Y BECHAMEL	1B TALLARINES A LA CARBONARA	1B ESPAGUETIS A LA PUTANESCA	1B TORTELLINI A LA TARTUFATA	1B CODITOS CON BEICON Y BECHAMEL GRATINADOS	1B RAVIOLIS AL PESTO ROJO	1B CROQUETAS CASERAS DE JAMON CON PATATAS
1C	1C REVUELTO DE VERDURAS	1C TORTILLA DE QUESO CON ENSALADA	1C REVUELTO DE MORCILLA Y AJOS TIERNOS	1C MOJETE MURCIANO	1C TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA	1C ARROZ TRES DELICIAS	2C ZARANGOLLO
2A	2A ENSALADA DE PASTA	2A POLLO AL AJO CABAÑIL CON PATATAS	2A LOMO AL ROMERO CON PATATAS	2A CHULETA DE CERDO A LA PLANCHA CON PATATAS	2A MAGRA CON TOMATE Y PATATAS	2A FAJITAS DE POLLO CON PATATAS	2A PECHUGA EMPANADA CON PATATAS FRITAS
2B	2B GUIZO DE CHOCO	2B ENSALADA DE PATATA	2B LECHA EN SALSA VERDE CON ARROZ SALTEADO	2B LASAÑA CASERA VEGETAL	2B MERLUZA A LA VASCA CON ARROZ SALTEADO	2B DORADA A LA ESPALDA CON ARROZ SALTEADO	2B MERLUZA A LA PLANCHA CON ARROZ SALTEADA
2C	2C ARROZ SALTEADO CON VERDURAS	2C ARROZ SALTEADO CON VERDURAS	2C ARROZ SALTEADO CON VERDURAS	2C ARROZ SALTEADO CON VERDURAS	2C ARROZ SALTEADO CON VERDURAS	2C ARROZ SALTEADO CON VERDURAS	2C ARROZ SALTEADO CON VERDURAS

TODOS LOS DÍAS

MENU BAJO EN CALORIAS
1º Y 2º PLATO A ELEGIR

- L1 ARROZ SALTEADO CON VERDURAS
o
L2 ENSALADA MIXTA
- L3 MERLUZA A LA PLANCHA CON VERDURAS
o
L4 PECHUGA DE POLLO PLANCHA CON VERDURAS

MENU BURGUER

1º Y 2º PLATO A ELEGIR

- B1 ARROZ SALTEADO CON VERDURAS
o
B2 ENSALADA MIXTA
o
B3 ENSALADA CÉSAR
- B4 HAMBURGUESA

MENU BOCADILLO GOURMET

1º Y 2º PLATO A ELEGIR

- G1 ENSALADA MIXTA
o
G2 ARROZ SALTEADO CON VERDURAS
- G3 BOCADILLO GOURMET*

*BOCADILLO DE PECHUGA DE POLLO CON MEZCLUM DE LECHUGAS, RODAJA DE TOMATE, QUESO, BACON Y NUESTRA SALSA

MENU COMPLETO

1º Y 2º PLATO A ELEGIR

- C1 HUEVOS ROTOS CON JAMÓN
o
C2 CROQUETAS CASERAS CON PATATAS
- C3 LOMO PLANCHA CON PATATAS FRITAS
o
C4 PECHUGA DE POLLO PLANCHA CON PATATAS
o
C5 PECHUGA EMPANADA CON PATATAS

MENU ITALIANO

1º Y 2º PLATO A ELEGIR

- IT1 ENSALADA DE HOJAS Y QUESO
o
IT2 ENSALADA CESAR
- IT3 LASAÑA DE CARNE GRATINADA
o
IT4 LASAÑA VEGETAL CON QUESO EMMENTAL

GUARNICIONES:

Los platos con (I) irán acompañados de las guarniciones que indican con el nº.



<https://goo.gl/igC4MD>

SE PUEDE CAMBIAR TODOS LOS DÍAS, CUALQUIER SEGUNDO POR BOCADILLO CATALAN, FRONTERIZO, CAMPERO O LOMO-QUESO

- (1) Patatas Fritas
- (7) Puré de patatas
- (13) Patatas fritas y pimientos

- (2) Verduras salteadas
- (8) Patatas dado
- (14) Patata cocida y verdura

- (3) Salteado de arroz y verdura
- (9) Pimientos fritos
- (15) Pimientos de padrón

- (4) Arroz blanco salteado
- (10) Ensalada
- (16) Tomate y pimientos

- (5) Patatas asadas
- (11) Patata confitada
- (17) Pimientos italianos

- (6) Patatas panaderas
- (12) Patata cocida
- (18) Patata parisina

REVUELTO con LosHAMPÍÑONES Y ESPARRAGOS

POSTRES PARA TODOS !

- TORTILSU DE QUESO
- Fruta del tiempo **1**
o
Arroz con leche **2**, Flan vainilla **3**, Natillas **4** o Flan de huevo **3H**
o
Yogur **6** o Tarta de chocolate **P2**



BEBIDA PARA TODOS LOS MENUS CON SU CODIGO

AGUA **7**, COCACOLA **8**, LIGHT **9**, ZERO **10**, FANTA LIMÓN **11**, FANTA NARANJA **12**, CERVEZA SIN **13**.

* NO SE GARANTIZA LA PRESENCIA DE TRAZAS EN LOS ALIMENTOS

ALERGENOS*

Información nutricional actualizada cada semana. Nutricionista colegiado. Ábrela con tu cámara del móvil.