

MENÚ JUNIO 2025 – SIN HUEVO Y PLV

2	3	4	5	6
<p>Crema Vichyssoise elaborada con bebida vegetal(6) Tacos de pollo con verduras (aguacate, zanahoria y cebolla)(1,6,10) Fruta de temporada</p>	<p>Lentejas con verduras (zanahoria, cebolla y pimiento), boniato y patata ecológica(12) Salmón a la plancha con ensalada de 4 colores(4) Fruta de temporada</p>	<p>Espaguetis con salsa de tomate y carne picada de pollo(1) Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate y atún(4) Fruta de temporada</p>	<p>Salmorejo(1) Merluza con patatas gajo al horno(4) Fruta de temporada o yogur vegetal(6)</p>	<p>Ensalada griega sin queso feta Arroz a la cubana con jamón cocido (>85% de carne, sin trazas) Fruta de temporada</p>
9	10	11	12	13
<p>Crema de zanahoria, patata ecológica, boniato y puerro Pechuga de pollo a la plancha con salsa de tomate y ensalada de canónigos, tomate y zanahoria Fruta de temporada</p>	<p>Gazpacho Bacalao a plancha con patatas ecológicas al horno(4) Fruta de temporada</p>	<p>Espaguetis con salteado de calabacín, cebolla, tomate y atún(1,4) Hamburguesita de pollo con calabacín y ensalada de tomate y zanahoria rallada Fruta de temporada</p>	<p>Ensalada de alubias con pimiento, cebolla y tomate(12) Salteado de pollo con verduras (zanahoria, cebolla, pimiento y berenjena) y aguacate Fruta de temporada o yogur vegetal(6)</p>	<p>Arroz 3 delicias: zanahoria, guisantes y jamón cocido (>85% de carne, sin trazas)(12) Filete de gallo a la plancha con ensalada de lechuga, tomate y pepino(4) Fruta de temporada</p>
16	17	18	19	20
<p>Ensalada de pasta: pasta, lechuga, zanahoria y tomate(1) Guisado de muslitos de pollo con patatas en salsa de verduras Fruta de temporada</p>	<p>Crema de calabacín, puerro, zanahoria, boniato y picatostes(1) Rosada a la plancha con ensalada de tomate, AOVE y orégano(4) Fruta de temporada</p>	<p>Salmorejo(1) Arroz con pollo y verduritas (cebolla, tomate, zanahoria y pimiento) Fruta de temporada</p>	FESTIVO	FESTIVO
23				
<p>Lacitos con dados de tomate, champiñones y calabacín salteados(1) Ensaladilla rusa adaptada (sin huevo duro, sin mayonesa): patata, zanahoria, judías verdes, atún y aceitunas(4) Fruta de temporada</p>				
<p>Alérgenos: 1. Cereales con gluten. 2. Crustáceos. 3. Huevo. 4. Pescado. 5. Cacahuete. 6. Soja. 7. Lácteos. 8. Frutos secos. 9. Apio. 10. Mostaza. 11. Granos de sésamo. 12. Sulfitos. 13. Altramuces. 14. Moluscos</p> <p>Frutas de temporada: albaricoque, ciruela, melocotón, paraguayo, sandía, fresa, nectarina, plátano, melón y níspero</p>				

*Menú elaborado según las directrices del PLAN EVACOLE elaborado por la Junta de Andalucía y siguiendo la Ley de Información Alimentaria (Alérgenos) 1169/2011

IDEAS DE CENAS SALUDABLES

<p>2</p> <p>Lubina al horno con boniato y alcachofas Fruta de temporada o yogur vegetal</p>	<p>3</p> <p>Chuletas de pavo con ensalada de tomate, pepino y maíz Fruta de temporada</p>	<p>4</p> <p>Salteado de lomo de cerdo con zanahoria, guisantes y arroz blanco Fruta de temporada</p>	<p>5</p> <p>Escalivada de verduras Hamburguesa de pollo a la plancha con patatas asadas Fruta de temporada</p>	<p>6</p> <p>Fajitas de pollo, pimientos de colores y cebolla morada salteados Fruta de temporada</p>
<p>9</p> <p>Sardinas con tomate, cebolla dulce y patatas al horno Fruta de temporada o yogur vegetal</p>	<p>10</p> <p>Muslo y contramuslo de pollo al horno con zanahoria berenjena Pan integral Fruta de temporada</p>	<p>11</p> <p>Menestra de verduras y patata con taquitos de jamón cocido (>85% de carne, sin trazas) Fruta de temporada</p>	<p>12</p> <p>Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de canónigos, tomate, pepino y picatostes de pan integral Fruta de temporada</p>	<p>13</p> <p>Ensaladilla jardinera: patata, zanahoria, judías verdes, guisantes y atún Fruta de temporada</p>
<p>16</p> <p>Salmón a la plancha con ensalada de tomate, maíz, pepino y orégano Fruta de temporada o yogur vegetal</p>	<p>17</p> <p>Hamburguesita casera de pollo con brócoli y patatas gajo Fruta de temporada</p>	<p>18</p> <p>Salmorejo casero con daditos de jamón cocido (>85% de carne, sin trazas) Fruta de temporada</p>	<p>19</p> <p>FESTIVO</p>	<p>20</p> <p>FESTIVO</p>
<p>23</p> <p>Crema Vichyssoise elaborada con bebida vegetal Sardinas a la plancha con picada de ajo y perejil Fruta de temporada o yogur vegetal</p>				