

## MENÚ JUNIO 2025 – SIN PESCADO

2 Crema Vichyssoise(7) Tacos de pollo con verduras (aguacate, zanahoria y cebolla)(1,6,10) Fruta de temporada	3 Lentejas con verduras (zanahoria, cebolla y pimiento), boniato y patata ecológica(12) Hamburguesita de ternera a la plancha con ensalada de 4 colores Fruta de temporada	4 Espaguetis a la carbonara con jamón cocido (>85% de carne)(1,7) Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate y huevo duro(3) Fruta de temporada	5 Salmorejo(1) Muslito de pavo con patatas gajo al horno Yogur griego natural(7)	6 Ensalada griega(7) Arroz a la cubana con huevo(3) Fruta de temporada
9 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	10 Gazpacho Lomo de cerdo con patatas ecológicas al horno Fruta de temporada	11 Espaguetis con salteado de calabacín, cebolla, tomate y carne picada de pollo(1) Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y zanahoria rallada(3) Fruta de temporada	12 Ensalada de alubias con pimiento, cebolla y tomate(12) Salteado de pollo con verduras (zanahoria, cebolla, pimiento y berenjena) y aguacate Yogur griego natural(7)	13 Arroz 3 delicias: zanahoria, guisantes y tortilla francesa(3,12) Hamburguesita de ternera con ensalada de lechuga, tomate y pepino Fruta de temporada
16 Ensalada de pasta: pasta, lechuga, zanahoria y tomate(1) Guisado de albóndigas de pollo con patatas en salsa de verduras(1,3,6,10) Fruta de temporada	17 Crema de calabacín, puerro, zanahoria, boniato y picatostes(1) Tortilla francesa con ensalada de tomate, AOVE y orégano(3) Fruta de temporada	18 Salmorejo(1) Arroz con pollo al curry(7) Fruta de temporada	19 <b>FESTIVO</b>	20 <b>FESTIVO</b>
23 Lacitos con dados de tomate, champiñones y calabacín salteados(1) Ensaladilla rusa sin atún(3,6) Fruta de temporada				
<p><b>Alérgenos:</b> 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>Huevo a la plancha con boniato y alcachofas Yogur griego natural</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 Tortilla de patatas y cebolla 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>Revuelto de champiñones y ajos tiernos con tomate, cebolla dulce y patatas al horno Yogur griego natural</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 huevo a la plancha Fruta de temporada</p>	<p>12</p> <p>Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de canónigos, tomate, queso fresco y picatostes de pan integral Fruta de temporada</p>	<p>13</p> <p>Ensaladilla jardinera: patata, zanahoria, judías verdes, guisantes y huevo duro Fruta de temporada</p>
<p>16</p> <p>Tortilla de patatas con ensalada de tomate, maíz, queso fresco y orégano Yogur griego natural</p>	<p>17</p> <p>Hamburguesita casera de ternera con brócoli y patatas gajo Fruta de temporada</p>	<p>18</p> <p>Salmorejo casero con daditos de huevo duro por encima Fruta de temporada</p>	<p>19</p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p>20</p> <p><b>FESTIVO</b></p>
<p>23</p> <p>Crema Vichyssoise Lomo de cerdo a la plancha con salsa de tomate Yogur griego natural</p>				