



## Menú Junio 2017-Sin gluten

	Primer plato	Segundos platos	Postre
L			
M			
X			
J 1	Potaje de lentejas	Atún en adobo y papas sancochadas	Dos frutas naturales
V 2	Pure de berros	Pasta a la carbonara o con salsa de tomate	Dos frutas naturales
L 5	Caldo de judías y papas	Pescado con alioli y ensalada de col,zanahoria y piña	Dos frutas naturales
M 6	Crema de zanahoria y brocoli	Estofado de pollo con papas dado	Dos frutas naturales
X 7	Sopa de arroz	Ropa vieja	Dos frutas naturales
J 8	Potaje de espinacas	Arroz con pescado y pota	Dos frutas naturales
V 9	Rancho canario	Cinta de lomo a la plancha con ensalada canaria	Dos frutas naturales
L 12	Crema de zanahoria y brocoli	Pasta con atún y tomate	Dos frutas naturales
M 13	Potaje de berros y judías	Cinta de lomo en salsa de verduras y arroz	Dos frutas naturales
X 14	Crema de puerros y zanahoria	Pescado con mojo y papas sanochadas	Dos frutas naturales
J 15	Sopa de arroz	Pollo a la pnacha con ensalada reina	Dos frutas naturales
V 16	Potaje de lentejas	Hamburguesas mixta con tomate y arroz	Dos frutas naturales
L 19	Crema de calabaza	Marmitako de atún	Dos frutas naturales
M 20	Potaje de verduras con queso tierno	Pasta al pesto con dados de jamón	Dos frutas naturales
X 21	Potaje de espinacas y garbanzos	Tortilla de papas con ensalada caprese	Dos frutas naturales
J 22	Ensalada cesar(no picatostes)	Perritos(sin gluten) y papas locas	Ambrosia
	<b>PICNIC VARIADO</b>		



## Menú Junio 2017-Sin huevo

	Primer plato	Segundos platos	Postre
L			
M			
X			
J 1	Potaje de lentejas	Atún en adobo y papas sancochadas	Dos frutas naturales
V 2	Pure de berros	Espirales a la carbonara o con salsa de tomate	Dos frutas naturales
L 5	Caldo de judías, fideos y papas	Pescado a la plancha y ensalada de col, zanahoria y piña	Dos frutas naturales
M 6	Crema de zanahoria y brocoli	Estofado de pollo con papas dado	Dos frutas naturales
X 7	Sopa de estremitas	Ropa vieja	Dos frutas naturales
J 8	Potaje de espinacas	Arroz con pescado y papa	Dos frutas naturales
V 9	Rancho canario	Cinta de lomo a la plancha con ensalada canaria	Dos frutas naturales
L 12	Crema de zanahoria y brocoli	Macarrones con atún y tomate	Dos frutas naturales
M 13	Potaje de berros y judías	Cinta de lomo en salsa de verduras y arroz	Dos frutas naturales
X 14	Crema de puerros y zanahoria	Pescado con mojo y papas sancochadas	Dos frutas naturales
J 15	Sopa de fideos	Pollo a la plancha con ensalada reina	Dos frutas naturales
V 16	Potaje de lentejas	Hamburguesas mixta con tomate y arroz	Dos frutas naturales
L 19	Crema de calabaza con picatostes	Marmitako de atún	Dos frutas naturales
M 20	Potaje de verduras con queso tierno	Pasta al pesto con dados de jamón	Dos frutas naturales
X 21	Potaje de espinacas y garbanzos	Pollo a la plancha con ensalada caprese	Dos frutas naturales
J 22	Ensalada cesar	Perritos y papas locas	Ambrosia
	<b>PICNIC VARIADO</b>		



### Menú Junio 2017-Sin leche

	Primer plato	Segundos platos	Postre
L			
M			
X			
J 1	Potaje de lentejas	Atún en adobo y papas sancochadas	Dos frutas naturales
V 2	Pure de berros	Espirales con salsa de tomate y jamón	Dos frutas naturales
L 5	Caldo de judías, fideos y papas	Pescado con alioli y ensalada de col, zanahoria y piña	Dos frutas naturales
M 6	Crema de zanahoria y brocoli	Estofado de pollo con papas dado	Dos frutas naturales
X 7	Sopa de estrellitas	Ropa vieja	Dos frutas naturales
J 8	Potaje de espinacas	Arroz con pescado y pota	Dos frutas naturales
V 9	Rancho canario	Rabas de calmar con ensalada canaria	Dos frutas naturales
L 12	Crema de zanahoria y brocoli	Macarrones con atún y tomate	Dos frutas naturales
M 13	Potaje de berros y judías	Cinta de lomo en salsa de verduras y arroz	Dos frutas naturales
X 14	Crema de puerros y zanahoria	Pescado con mojo y papas sancochadas	Dos frutas naturales
J 15	Sopa de fideos	Crujientitos de pollo con ensalada reina	Dos frutas naturales
V 16	Potaje de lentejas	Hamburguesas mixta con tomate y arroz	Dos frutas naturales
L 19	Crema de calabaza con picatostes	Marmitako de atún	Dos frutas naturales
M 20	Potaje de verduras	Pasta al pesto con dados de jamón	Dos frutas naturales
X 21	Potaje de espinacas y garbanzos	Tortilla de papas con ensalada caprese	Dos frutas naturales
J 22	Ensalada cesar	Perritos y papas locas	Dos frutas naturales
	<b>PICNIC VARIADO</b>		



## Menú Junio 2017-Sin pescado

	Primer plato	Segundos platos	Postre
L			
M			
X			
J 1	Potaje de lentejas	Pollo a la plancha y papas sancochadas	Dos frutas naturales
V 2	Pure de berros	Espirales a la carbonara o con salsa de tomate	Dos frutas naturales
L 5	Caldo de judías, fideos y papas	Cinta de lomo a la plancha y ensalada de col, zanahoria y piña	Dos frutas naturales
M 6	Crema de zanahoria y brocoli	Estofado de pollo con papas dado	Dos frutas naturales
X 7	Sopa de estremitas	Ropa vieja	Dos frutas naturales
J 8	Potaje de espinacas	Arroz con carne	Dos frutas naturales
V 9	Rancho canario	Tortilla francesa con ensalada canaria	Dos frutas naturales
L 12	Crema de zanahoria y brocoli	Macarrones con jamón y tomate	Dos frutas naturales
M 13	Potaje de berros y judías	Cinta de lomo en salsa de verduras y arroz	Dos frutas naturales
X 14	Crema de puerros y zanahoria	Revuelto de verduras y papas sancochadas	Dos frutas naturales
J 15	Sopa de fideos	Crujientitos de pollo con ensalada reina	Dos frutas naturales
V 16	Potaje de lentejas	Hamburguesas mixta con tomate y arroz	Dos frutas naturales
L 19	Crema de calabaza con picatostes	Pollo a la plancha y papas sancochadas	Dos frutas naturales
M 20	Potaje de verduras con queso tierno	Pasta al pesto con dados de jamón	Dos frutas naturales
X 21	Potaje de espinacas y garbanzos	Tortilla de papas con ensalada caprese	Dos frutas naturales
J 22	Ensalada cesar	Perritos y papas locas	Ambrosia
	<b>PICNIC VARIADO</b>		



## Menú Junio 2017-Sin marisco

	Primer plato	Segundos platos	Postre
L			
M			
X			
J 1	Potaje de lentejas	Atún en adobo y papas sancochadas	Dos frutas naturales
V 2	Pure de berros	Espirales a la carbonara o con salsa de tomate	Dos frutas naturales
L 5	Caldo de judías, fideos y papas	Pescado con alioli y ensalada de col, zanahoria y piña	Dos frutas naturales
M 6	Crema de zanahoria y brocoli	Estofado de pollo con papas dado	Dos frutas naturales
X 7	Sopa de estremitas	Ropa vieja	Dos frutas naturales
J 8	Potaje de espinacas	Arroz con pescado	Dos frutas naturales
V 9	Rancho canario	Cinta de lomo a la plancha con ensalada canaria	Dos frutas naturales
L 12	Crema de zanahoria y brocoli	Macarrones con atún y tomate	Dos frutas naturales
M 13	Potaje de berros y judías	Cinta de lomo en salsa de verduras y arroz	Dos frutas naturales
X 14	Crema de puerros y zanahoria	Pescado con mojo y papas sancochadas	Dos frutas naturales
J 15	Sopa de fideos	Crujientitos de pollo con ensalada reina	Dos frutas naturales
V 16	Potaje de lentejas	Hamburguesas mixta con tomate y arroz	Dos frutas naturales
L 19	Crema de calabaza con picatostes	Marmitako de atún	Dos frutas naturales
M 20	Potaje de verduras con queso tierno	Pasta al pesto con dados de jamón	Dos frutas naturales
X 21	Potaje de espinacas y garbanzos	Tortilla de papas con ensalada caprese	Dos frutas naturales
J 22	Ensalada cesar	Perritos y papas locas	Ambrosia
	<b>PICNIC VARIADO</b>		



## Menú Junio 2017-Hipocalórico

	Primer plato	Segundos platos	Postre
L			
M			
X			
J 1	Potaje de lentejas	Atún en adobo y papas sancochadas	Dos frutas naturales
V 2	Pure de berros	Espirales salteados con jamón	Dos frutas naturales
L 5	Caldo de judías, fideos y papas	Pescado a la plancha y ensalada de col, zanahoria y piña	Dos frutas naturales
M 6	Crema de zanahoria y brocoli	Pollo a la plancha con papas sancochadas	Dos frutas naturales
X 7	Sopa de estremitas	Ropa vieja	Dos frutas naturales
J 8	Potaje de espinacas	Arroz con pescado y pota	Dos frutas naturales
V 9	Rancho canario	Cinta de lomo a la plancha con ensalada canaria	Dos frutas naturales
L 12	Crema de zanahoria y brocoli	Macarrones con atún	Dos frutas naturales
M 13	Potaje de berros y judías	Cinta de lomo a la plancha y arroz	Dos frutas naturales
X 14	Crema de puerros y zanahoria	Pescado a la plancha y papas sancochadas	Dos frutas naturales
J 15	Sopa de fideos	Pollo a la plancha con ensalada reina	Dos frutas naturales
V 16	Potaje de lentejas	Hamburguesas mixta con ensalada variada	Dos frutas naturales
L 19	Crema de calabaza	Pescado a la plancha con papas sancochadas	Dos frutas naturales
M 20	Potaje de verduras con queso tierno	Pasta con jamón	Dos frutas naturales
X 21	Potaje de espinacas y garbanzos	Tortilla francesa con ensalada caprese	Dos frutas naturales
J 22	Ensalada cesar	Perritos y papas locas	Dos frutas naturales
	<b>PICNIC VARIADO</b>		



	Primer plato	Segundos platos	Postre
J 1		Atún a la plancha y papas sancochadas	
V 2		Pasta con dados de calabacin y champiñones con carne	
L 5		Pescado a la plancha con ensalada	
M 6		Pollo a la plancha con papas dado	
X 7	*Calabacin,papas y puerro	Cinta de lomo a la plancha ensalada	
J 8	*Espinacas.papas y puerro	Arroz con pescado y pota	
V 9	*Lentejas,calabacin,papas y puerro	Pescado a la plancha y ensalada	
L 12	*Garbanzos,espinacas,papas y puerro	Pasta con atún	
M 13	*Coliflor,calabacin,papas y puerro	Cinta de lomo a la plancha y arroz	yogur natural o aguacate o limón
X 14	*Judías blancas,calabacin,puerros y papas	Pescado a la plancha con papas sancochadas	
J 15	*Sopa	Pollo a la plancha con ensalada	
V 16	Se iran rotando los primeros con las siguientes cremas	Hamburguesas mixtas con arroz	
L 19		Pescado a la plancha con papas sancochadas	
M 20		Pasta salteada con calabacin y carne	
X 21		Tortilla de papas con ensalada	
J 22		Hamburguesas con papas fritas	
V 23			

\*En las ensaladas se usarán los siguientes ingredientes:berros,escarolas,col,esparragos,pepino