

JUNIO 2021

MENÚ DIABÉTICO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p>1 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Alubias de la huerta (con hortalizas)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>	<p>2 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Coditos con tomate y champiñón</p> <p>Filete de bacalao al limón</p> <p>Fruta</p>	<p>3 Lechuga, tomate, maíz</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Lomo al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>4 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Arroz con coliflor y ajetes</p> <p>Merluza al caldo corto</p> <p>Fruta</p>
<p>7 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>LENTEJAS CAMPESINAS ECO (con hortalizas)</p> <p>Filete de bacalao al vapor</p> <p>Fruta</p>	<p>8 Lechuga, tomate, lombarda, pepino</p> <p>Arroz con verduras de temporada</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>	<p>9 Lechuga, tomate, maíz</p> <p>Potaje de garbanzos estofados (con hortalizas)</p> <p>Abadejo al horno</p> <p>Fruta</p>	<p>10</p> <p>Ensalada de verano (lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro)(sin queso ni olivas)</p> <p>Macarrones salteados con pollo (con tomate)</p> <p>Fruta y yogur edulcorado</p>	<p>11 Lechuga, tomate, maíz, espárragos blancos</p> <p>Vichysoisse (crema de patata y puerro)</p> <p>Muslo de pollo rustido con judías verdes</p> <p>Fruta</p>
<p>14 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>Lomo con pisto asado al aroma de tomillo (al horno con tomate)</p> <p>Fruta</p>	<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria cocida, maíz</p> <p>Crema de garbanzos al aroma de comino</p> <p>Pollo en su jugo</p> <p>Fruta</p>	<p>16 Lechuga, tomate, lombarda</p> <p>Arroz con setas</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>	<p>17 Lechuga, tomate, pepino, brotes de soja</p> <p>Espirales al pesto de albahaca (con tomate)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes salteados (al horno con ajo y perejil)</p> <p>Fruta</p>	<p>18 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Olleta alicantina (con alubias, lentejas y arroz)</p> <p>Pizza vegetal con pavo (con tomate)</p> <p>Fruta</p>
<p>21 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Crema Saint Germain (de guisantes y manzana)</p> <p>Cazuela de magro a la santaderina (al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Fruta</p>	<p>22 Lechuga, tomate, lombarda</p> <p>Macarrones toscana (con tomate y hortalizas)(sin queso)</p> <p>Merluza al caldo corto</p> <p>Fruta</p>	<p>23</p> <p>Ensalada completa (lechuga, tomate, zanahoria, maíz y huevo duro)(sin queso ni olivas)</p> <p>Arroz con pollo</p> <p>Yogur edulcorado</p>	<p>24 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Garbanzos a la jardinera (con zanahoria, puerro y calabaza)</p> <p>Pollo deshuesado en su jugo</p> <p>Fruta</p>	<p>25 Lechuga, tomate, pepino</p> <p>Fideuá de verduras</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>
<p>28 Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p>Lentejas de la huerta (con hortalizas)</p> <p>Lomo asado</p> <p>Fruta</p>	<p>29 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Arroz con pavo y hortalizas</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Fruta</p>	<p>30 Lechuga, tomate, lombarda</p> <p>Tornillos italiana (con tomate)(sin queso)</p> <p>Abadejo al vapor</p> <p>Fruta</p>	<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo II). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p>	

