

JUNIO 2021

MENÚ FÁCIL MASTICACIÓN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	<p>1 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Potaje de alubias a la riojana</p> <p>(con chorizo y hueso de jamón)</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Yogur</p>	<p>2 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Coditos con salsa carbonara y bacon ahumado</p> <p>(con leche)</p> <p>Bocaditos de rosada</p> <p>Yogur</p>	<p>3 Lechuga, tomate, maíz, olivas</p> <p>Sopa de ave con fideos</p> <p>(de ave y cerdo con huevo y garbanzos)</p> <p>Lomo en salsa</p> <p>(al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Yogur</p>	<p>4 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Triturado de legumbre con arroz</p> <p>(con alubias, arroz y hortalizas)</p> <p>Merluza a la vizcaína</p> <p>(al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Yogur</p>
<p>7 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>LENTEJAS CAMPESINAS ECO</p> <p>(con hortalizas)</p> <p>Bacalao rebozado</p> <p>Yogur</p>	<p>8 Lechuga, tomate, lombarda, pepino</p> <p>Triturado de pescado</p> <p>(con pescado y hortalizas)</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Yogur</p>	<p>9 Lechuga, tomate, maíz, remolacha</p> <p>Potaje de garbanzos estofados</p> <p>(con hortalizas)</p> <p>Abadejo a la gallega</p> <p>(al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Yogur</p>	<p>14 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Macarrones boloñesa</p> <p>(con carne picada de cerdo, tomate y queso)</p> <p>Huevo duro con loncha de queso</p> <p>Yogur</p>	<p>11 Lechuga, tomate, maíz, espárragos blancos</p> <p>Vichysoisse con picatostes</p> <p>(crema de patata y puerro)</p> <p>Muslo de pollo rustido con judías verdes</p> <p>Yogur</p>
<p>14 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Sopa castellana con fideos</p> <p>(de ave y cerdo con huevo)</p> <p>Longanizas con pisto al aroma de tomillo</p> <p>(carne de cerdo al horno con tomate)</p> <p>Yogur</p>	<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria cocida, maíz</p> <p>Crema de garbanzos al aroma de comino</p> <p>Solomillo de pollo empanado</p> <p>Yogur</p>	<p>16 Lechuga, tomate, lombarda, remolacha</p> <p>Triturado de ave</p> <p>(con pollo y hortalizas)</p> <p>Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Yogur</p>	<p>17 Lechuga, tomate, pepino, brotes de soja</p> <p>Espirales al pesto de albahaca</p> <p>(con tomate)</p> <p>Merluza en salsa verde con guisantes salteados</p> <p>(al horno con ajo y perejil)</p> <p>Yogur</p>	<p>18 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Olleta alicantina</p> <p>(con alubias, lentejas y arroz)</p> <p>Pizza de york y queso</p> <p>(con tomate)</p> <p>Yogur</p>
<p>21 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Crema Saint Germain</p> <p>(de guisantes y manzana)</p> <p>Albóndigas a la santaderina</p> <p>(carne de cerdo al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Yogur</p>	<p>22 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Macarrones toscana gratinados</p> <p>(con tomate y hortalizas)</p> <p>Chispas de merluza</p> <p>Yogur</p>	<p>23 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz</p> <p>Triturado de legumbre con arroz</p> <p>(con alubias, arroz y hortalizas)</p> <p>Huevo duro con loncha pechuga de pavo</p> <p>Yogur</p>	<p>24 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Garbanzos a la jardinera</p> <p>(con zanahoria, puerro y calabaza)</p> <p>Pollo deshuesado a la cazadora</p> <p>(al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Yogur</p>	<p>25 Lechuga, tomate, pepino, olivas</p> <p>Fideuá de verduras</p> <p>Tortilla francesa con loncha de queso</p> <p>Yogur</p>
<p>28 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p>Lentejas de la huerta</p> <p>(con hortalizas)</p> <p>Lomo adobado en salsa</p> <p>(al horno con salsa de hortalizas)</p> <p>Yogur</p>	<p>29 Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p>Triturado de pescado</p> <p>(con pescado y hortalizas)</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Yogur</p>	<p>30 Lechuga, tomate, lombarda, olivas</p> <p>Tornillos italiana</p> <p>(con tomate y queso)</p> <p>Abadejo en salsa de tomate</p> <p>Yogur</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>	

