

Menú Junio 2026



HAYPO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Marmita (patata, atún, cebolla, pimientos) Pollo asado Lechuga, tomate, huevo Yoqur Contiene: Sulfitos, Pescado, Soja, Leche Sopa de fideos + pescado + Fruta	2 Crema de zanahoria (patata, zanahoria, puerro) Lasaña de ternera Manzana Contiene: Sulfitos, Pescado, Gluten, Huevo Fécula + Huevo + Lácteo	3 Lentejas con chorizo Lirios rebozados con calabacín y berenjena Pera Contiene: Sulfitos, Puede contener trazas de gluten Verduras + Carne + Lácteo	4 Ensalada de pasta (atún, huevo, maíz, zanahoria, aceitunas) Escalope de lomo brócoli y zanahoria Plátano Contiene: Gluten, pescado, Huevo Sopa de fideos + Carne + Lácteo	5 Alubias con repollo Salmón horno con pisto (calabacín, berenjena, zanahoria) Albaricoques Contiene: Pescado, Fécula + Huevo + Lácteo
8 Arroz integral con pollo Merluza horno con pimientos y cebolla Manzana Contiene: Pescado Verdura + Huevo + lácteo	9 Garbanzos con chorizo Tortilla de patata Ensalada Lechuga, tomate, cebolla Yogur Contiene: Huevo, Leche Sopa de fideos + Carne + Fruta	10 Crema de verduras (patata, zanahoria, puerro) Filetes rusos en salsa Lechuga, maíz, aceitunas Plátano Contiene: Sulfitos, Gluten, Soja, puede contener F. secos Fécula + Huevo + lácteo	11 Alubias pintas Pechuga pollo plancha Pera No contiene alérgenos Verduras + pescado + lácteo	12 Ensaladilla (patata, guisantes, judía, zanahoria) Lengüadina rebozada con salteado de verduras (judía, brócoli, zanahoria, pimiento) Melón Contiene: Pescado, Huevo, Gluten, Soja, puede contener trazas de frutos secos Sopa de fideos + Carne + Lácteo
15 Lentejas estofadas Redondo de ternera con champiñones Lechuga, tomate, espárragos Plátano Contiene: Puede contener trazas Gluten Fécula + pescado + lácteo	16 Arroz con salchichas Lengüadina rebozada con calabacín y berenjena Sandía Contiene: Pescado, Huevo, Gluten, Verdura + carne + lácteo	17 Alubias con calabaza Estofado de pavo con patatas dado Lechuga, queso, piña Pera Contiene: Sulfitos y Leche Sopa de fideos + pescado + Lácteo	18 Crema de calabacín (patata, calabacín, puerro) Carrilleras de cerdo estofadas Lechuga, tomate, maíz Manzana Contiene: Sulfitos, Pescado, Gluten, Huevo, Soja, puede contener trazas de f. secos Fécula + carne + Lácteo	19 Pasta integral con tomate y queso Albondigas de pescado (salmón y merluza) Menestra Helado Contiene: Gluten, Leche Verduras + Huevo + Fruta
22	23	24	25	26
29	30			

INTERPRETACIÓN DE CENAS

Fécula = patata, boniato, quinoa, arroz integral, pan de semillas, fajitas integrales, pasta integral

Lácteo = yogurt, leche, queso fresco, queso cotagge. SIRVE; yogurt soja, bebida de fruto seco, bebida de soja, bebida de avena fortificada con calcio.

Verdura = Ensalada, puré, verdura cocida, verdura plancha, wock, verdura asada, sopa juliana

Pescado = plancha, horno, hervido, rebozado con huevo y harina integral.

Clara Sánchez
 Dietista y Nutricionista
 CAN00006

Para la elaboración de nuestros platos usamos: Aceite de oliva, aceite girasol alto oleico, Aceite de oliva virgen para los aliños, sal yodada, carnes de proximidad, legumbres de proximidad, huevos camperos de proximidad, una vez por semana pan integral