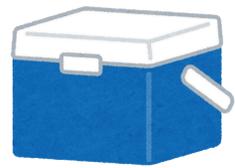




Lunes - Monday	Martes - Tuesday	Miércoles - Wednesday	Jueves - Thursday	Viernes - Friday
2 Arroz tres delicias Bacalao con ajo y perejil con calabacín al horno Macedonia de fruta de temporada Bocadillo de pan con aceite de oliva y pavo	3 Guisantes con sofrito de tomate, cebolla y jamón Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, maíz y tomate Yogur natural sin azúcar Fruta natural de temporada	4 Tricolor de verduras Pollo rebozado casero con ensalada de pimiento rojo, cebolla y lechuga Fruta de temporada Pan untado con queso fresco	5 Fideuá de verduras Halibut a la plancha con ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas Fruta de temporada Fruta natural de temporada	6 Crema de calabaza Garbanzos con pisto Fruta de temporada Bocadillo de pan con aceite de oliva y jamón
9 <i>Festivo</i>	10 Arroz con tomate Croquetas de pollo con ensalada de pimiento rojo, pepino y lechuga Yogur natural sin azúcar Fruta natural de temporada	11 Guisado de alubias blancas Salmón especiado al horno con verdura asada Macedonia de fruta de temporada Bocadillo de pan con queso	12 Crema de verduras Dados de pavo a la jardinera Fruta de temporada Fruta natural de temporada	13 Pasta <b>integral</b> al pesto Tortilla francesa con ensalada variada con lentejas Fruta de temporada Pan con chocolate
16 Coliflor, brócoli y patata Hamburguesa casera de ternera con patatas fritas Fruta de temporada Fruta natural de temporada	17 Lentejas estofadas con verduras Merluza con ajo y perejil con ensalada Yogur natural sin azúcar Bocadillo de pan con aceite de oliva y jamón	18 Pasta <b>integral</b> a la napolitana Solomillo de pollo a las finas hierbas al horno con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas Fruta de temporada Fruta natural de temporada	19 Guisantes con patata y cebolla Tortilla de atún con ensalada de pimiento rojo, cebolla y lechuga Macedonia de fruta de temporada Palitos de pan con queso fresco y fruta de temporada	20 Arroz a la cazuela con verduras Lenguado a la plancha con ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas Fruta de temporada Fruta natural de temporada
23 Ensalada de pasta <b>integral</b> con vegetales Pavo al horno con verdura asada Fruta de temporada Bocadillo de pan con aceite de oliva y jamón dulce	24 <i>Festivo</i>	25 Paella de verduras con pollo Tortilla de patata con ensalada de lechuga, pimiento rojo y zanahoria Macedonia de fruta de temporada Fruta natural de temporada	26 Garbanzos y verduras de temporada Salmón especiado al horno con ensalada de tomate, zanahoria y maíz Fruta de temporada Bocadillo de pan con queso de untar	27 Vichyssoise Pizza prosciutto Helado Fruta natural de temporada

PROTEÍNA VEGETAL



¿Sabías que para evitar una intoxicación alimentaria debido a los picnics de verano hay que seguir unas pautas y consejos de elaboración y transporte de la comida para comer seguros al aire libre? Las altas temperaturas pueden favorecer el crecimiento de las bacterias y ser un peligro.



Estamos trabajando conjuntamente con la consultoría nutricional CESNUT NUTRICIÓN para poderos ofrecer la máxima calidad dietética en todas las programaciones de nuestros menús. Por cualquier duda dietética sobre el menú podéis contactar con el equipo de dietistas-nutricionistas a [info@cesnut.com](mailto:info@cesnut.com)

La ensalada variada a servir se irá alternando con alimentos vegetales de temporada como: lechuga, maíz, tomate, zanahoria, pepino, aceitunas, cebolla, pimiento rojo, etc.  
Se servirán frutas variadas y de temporada.  
Se servirá pan para acompañar las comidas.  
Se ofrece agua en todas las comidas para asegurar una correcta hidratación. Todos los platos se cocinan con aceite de oliva.

- 1 Cereales que contienen gluten
- 2 Crustáceos
- 3 Huevos
- 4 Pescado
- 5 Cacahuete
- 6 Soja
- 7 Leche y derivados
- 8 Frutos secos de cáscara
- 9 Apio
- 10 Mostaza
- 11 Granos de sésamo
- 12 Anhidrido sulfuroso y sulfitos
- 13 Altramuzes
- 14 Moluscos

Programación dietética supervisada por Roser Montané, directora de Cesnut, nº colegiada CATO681.