

Lunes - Monday

Martes - Tuesday

Miércoles - Wednesday

Jueves - Thursday

Viernes - Friday

*!Bienvenidos y bienvenidas al nuevo curso!*



3

Arroz con salsa de tomate  
Tortilla francesa con ensalada de lechuga, pepino y aceitunas  
Melón

4

Ensalada de alubias blancas  
**Salchichas veganas con ensalada**  
Macedonia

5

Crema de calabacín y puerro  
**Garbanzos con pisto** y ensalada de lechuga, maíz y tomate  
Sandía

8

Guisantes con sofrito de tomate y cebolla **y sin jamón**  
**Hamburguesa vegana** con patatas fritas  
Sandía

9

Pasta **integral** con salsa de queso  
Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga, pimiento rojo y zanahoria  
Yogur natural sin azúcar

10

Menestra de verduras  
**Lentejas salteadas con verduras**  
Melón

11

*Festivo*

12

Ensalada de arroz  
**Tortilla de queso** con ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas  
Macedonia

15

Crema de calabaza  
**Tortilla francesa** con ensalada de pimiento rojo, pepino y lechuga  
Naranja

16

Ensalada de pasta **integral** con vegetales  
**Albóndigas veganas** con pisto de verduras y garbanzos  
Yogur natural sin azúcar

17

**Verduras salteadas de temporada con patata**  
Lentejas con verduras  
Sandía

18

Arroz de primavera (guisantes, maíz, zanahoria, calabacín y cebolla)  
Tortilla de patata con ensalada de lechuga, tomate y cebolla  
Macedonia

19

**Crema de verduras**  
Garbanzos y verduras de temporada  
Melón

22

Paella de verduras **s/pollo y con caldo de verduras**  
**Tortilla de calabacín** con ensalada de tomate, zanahoria y aceitunas  
Melón

23

Judías verdes con dados de patata y aceite  
**Hamburguesa vegana** con ensalada variada  
Yogur natural sin azúcar

24

Guisantes con patata y cebolla  
**Tortilla de queso** con calabacín al horno  
Macedonia

25

Fideos a la cazuela **s/carne y con caldo vegetal**  
**Salchichas veganas** con ensalada de lechuga, maíz y tomate  
Sandía

26

Brócoli con patata  
Lentejas guisadas con patata  
Naranja

29

Tricolor de verduras  
**Albóndigas veganas** con cebolla caramelizada  
Melón

30

**Verduras salteadas de temporada con patata**  
Garbanzos con pisto  
Yogur natural sin azúcar



¿Sabías que los frutos secos son una fuente concentrada de nutrientes esenciales, incluyendo proteínas, grasas saludables, fibra, vitaminas y minerales?



Estamos trabajando conjuntamente con la consultoría nutricional CESNUT NUTRICIÓN para poder 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)

Programación dietética supervisada por Roser Montané, directora de Cesnut, nº colegiada CAT0681.

Se servirán frutas variadas y de temporada.  
Se ofrece agua en todas las comidas para asegurar una correcta hidratación.  
Todos los platos se cocinan con aceite de oliva.

Es obligatorio consultar siempre las etiquetas del proveedor para asegurar que no contiene carne ni pescado o posibles trazas.  
Todos los procesados, precocinados y embutidos servidos serán sin carne ni pescado o posibles trazas. En caso contrario, se sustituirá por un plato libre de carne y pescado.