

Menús Junio 2011 General

Sin lactosa y proteínas de la leche

SEMANAS

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES |
|----------------|---|---|--|---|--|
| 1 ^a | | | 1 <ul style="list-style-type: none"> ▪Judías blancas caseras (judías blancas, verduras frescas variadas) ▪Tortilla de caballa con ensalada verde (lechuga y aceituna) ▪Fruta | 2 <ul style="list-style-type: none"> ▪Ensalada campera (patatas, bonito, huevo, zanahoria, maíz y aceituna) ▪Albóndigas en salsa primaveral (zanahorias y guisantes) ▪Fruta | 3 <ul style="list-style-type: none"> ▪Puré de verduras frescas variadas ▪Bacalao Orly (harina) al horno con ensalada de colores (lechuga, tomate, aceituna, zanahoria y maíz) ▪Yogur |
| 2 ^a | 6 <ul style="list-style-type: none"> ▪Paella (arroz, verduras frescas variadas, pollo y pescado) ▪Filete de pollo a la plancha con patatas ▪Fruta | 7 <ul style="list-style-type: none"> ▪Patatas con pisto (patatas, pimiento, tomate, calabacín, berenjena y cebolla) ▪Perca al horno con ensalada de colores (lechuga, tomate, aceituna, zanahoria y maíz) ▪Yogur savia soja | 8 <ul style="list-style-type: none"> ▪Sopa de cocido (fideos y caldo) ▪Cocido Completo (garbanzos, zanahoria, patata, puerro y ternera) ▪Fruta | 9 <ul style="list-style-type: none"> ▪Menestra de verduras frescas rehogada ▪Pollo empanado (pan, huevo y harina) con patatas fritas ▪Fruta | 10 <ul style="list-style-type: none"> ▪Caracolíllos con tomate y jamón ▪Tortilla de atún con ensalada verde (lechuga y aceituna) ▪Fruta |
| 3 ^a | 13 <ul style="list-style-type: none"> ▪Judías verdes con patatas ▪Hamburguesas de pescado (pan y harina) al horno con ensalada de colores (lechuga, tomate, aceituna, zanahoria y maíz) ▪Fruta | 14 <ul style="list-style-type: none"> ▪Arroz con tomate ▪Muslitos de pollo con champiñón ▪Yogur savia soja | 15 <ul style="list-style-type: none"> ▪Judías pintas caseras (judías pintas, verduras frescas variadas) ▪Huevos cocidos en salsa ▪Fruta | 16 <ul style="list-style-type: none"> ▪Espaguetis con tomate y calabacín ▪Cinta de lomo fresca con pimientos ▪Fruta | 17 <ul style="list-style-type: none"> ▪Lentejas estofadas con verduras frescas variadas ▪Fletan a la romana (harina y huevo) con tomate natural ▪Fruta |
| 4 ^a | 20 <ul style="list-style-type: none"> ▪Arroz tres delicias (Arroz, maíz, guisantes, zanahoria, jamón york y tortilla) ▪Filete de lenguado (pan, harina y huevo) con ensalada verde (lechuga y aceitunas) ▪Fruta | 21 <ul style="list-style-type: none"> ▪Ensalada de judía blancas a la vinagreta (judías blancas, atún, huevo, zanahoria, maíz y aceituna) ▪Albóndigas de ternera con patatas ▪Yogur savia soja | 22 <ul style="list-style-type: none"> ▪COMIDA DE FIESTA | 23 <ul style="list-style-type: none"> ▪FESTIVO | 24 <ul style="list-style-type: none"> ▪Vichysoisse (puerro y patata) ▪Tortilla de bonito con ensalada de colores (lechuga, tomate, aceituna, zanahoria y maíz) ▪Fruta |
| 5 ^a | 27 | 28 | 29 | 30 | |