

MENÚ JUNIO 2020. Primaria, Secundaria y Bachillerato

| COMIDA | | CENA | COMIDA | | CENA |
|-----------|--|----------------------------------|-----------|---|--------------------------------------|
| Lunes | Ensalada de judías verdes con huevo cocido. Merluza al horno con arroz. Fruta. | Pasta. Tortilla. Lácteo. | Miércoles | Pastel de carne. Empanadillas de atún al horno con menestra. Fruta. | Ensalada. Hamburguesa. Lácteo. |
| 1 | | | 17 | | |
| Martes | Crema de brócoli. Ragout de ternera con zanahoria baby. Fruta. | Ensalada. Pescado. Lácteo. | Jueves | Crema de puerro. Merluza a la gallega con arroz. Fruta. | Sopa. Tortilla. Fruta. |
| 2 | | | 18 | | |
| Miércoles | Gazpacho. Merluza a la riojana con patata panadera. Fruta. | Verdura. Pollo. Fruta. | Viernes | Lasaña de verduras. Pollo a la plancha con ensalada. Yogur. | Verdura. Pescado. Fruta. |
| 3 | | | 19 | | |
| Jueves | Pasta con tomate y chorizo. Croquetas con menestra. Yogur. | Ensalada. Pescado. Lácteo. | Lunes | Ensalada campera. Hamburguesa con ensalada. Fruta. | Pizza vegetal. Lácteo. |
| 4 | | | 22 | | |
| Viernes | Ensalada de garbanzos y calabacín. Pollo asado al limón con patata panadera. Helado. | Verdura. Tortilla. Fruta. | Martes | Pasta en salsa napolitana. Trucha al horno con verduras. Fruta. | Ensalada. Tortilla. Lácteo. |
| 5 | | | 23 | | |
| Lunes | Tricolor de verduras. Merluza al horno con ensalada de tomate y maíz. Fruta. | Ensalada. Pollo. Lácteo. | Miércoles | Arroz a la milanesa. Tortilla de calabacín con ensalada de tomate y maíz. Fruta. | Verdura. Pollo. Fruta. |
| 8 | | | 24 | | |
| Martes | Ensalada de pasta. Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria. Fruta. | Verdura. Pescado. Lácteo. | Jueves | Ensalada de judías verdes con zanahoria. Albóndigas de pollo con patatas fritas. Fruta. | Sopa. Pescado. Lácteo. |
| 9 | | | 25 | | |
| Miércoles | Ensalada campera. salmón en salsa de zanahoria con champiñón. Fruta. | Sandwich mixto. Fruta. | Viernes | Ensaladilla rusa. Bacalao a la riojana con ensalada de tomate y maíz. Helado. | Puré. Ternera. Lácteo. |
| 10 | | | 26 | | |
| Jueves | Ensalada de lentejas y arroz. Pollo a la plancha con ensalada de tomate y maíz. Fruta. | Verdura. Pescado. Fruta. | Lunes | Guisantes con jamón. Tortilla de patata con zanahoria al vapor. Fruta. | Hamburguesa. Fruta. |
| 11 | | | 29 | | |
| Viernes | Pasta en salsa carbonara. Magro estofado con patata panadera. Yogur. | Ensalada. Pescado. Fruta. | Martes | Coliflor con bechamel. Pollo al ajillo con arroz. Fruta. | Sopa. Pescado. Fruta. |
| 12 | | | 30 | | |
| Lunes | Fideua. Huevos rellenos con ensalada. Fruta. | Verdura. Empanada. Lácteo. | | | |
| 15 | | | | | |
| Martes | Ensalada de judías blancas. Salchichas de pollo con patata fritas. Fruta. | Verdura. Pescado. Lácteo. | | | |
| 16 | | | | | |

***MENÚ MENSUAL ADAPTADO A CADA ALUMNO CON ALERGIA/INTOLERANCIA**

| | |
|------------------------------------|---|
| *INTOLERANCIA AL GLUTEN: | Pasta especial sin gluten. Carnes y pescados elaborados a sus condiciones de alergia. |
| *ALERGIA AL PESCADO Y/O MARISCO: | Sustitución por pollo, cerdo o ternera. 1ºs platos libres de pescado y/o marisco. |
| *ALERGIA A PROTEÍNA LECHE DE VACA: | Alimentos o productos libres de PLV. |
| *ALERGIA A HUEVO: | Sustitución por pollo, cerdo o ternera. Pasta sin huevo. |
| *ALERGIA A FRUTOS SECOS: | Elaboración de los alimentos sin ningún fruto seco. |
| *ALERGIA A SOJA: | Elaboración de los alimentos sin soja. |