

MAYO

SIN GLUTEN
***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Bacalao enharinado casero (maizena) con mazorca Fruta	5 Hummus permitido Pasta sin gluten con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur**	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas permitidas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Pasta sin gluten en salsa de queso permitida Merluza al horno con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con pasta sin gluten Pavo en salsa permitida con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz (sin pan) Arroz con embutidos permitidos Huevos revueltos con jamón Yogur**	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza sin gluten permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Pasta sin gluten con boloñesa vegetal permitida Abadejo al horno con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Magro con salsa permitida con quinoa Fruta	20 Hummus permitido Pasta sin gluten con a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur**	21 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Pasta sin gluten con gambas estilo thai Cerdo en salsa permitida con wok de verduras Postre permitido
	25 Hummus permitido Ensalada de pasta sin gluten de vegetales y queso Tortilla de patatas con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta sin gluten Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips con bacon y queso Hamburguesa permitida con verduras Yogur**	28 Ensalada fresca de temporada Alubias viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz milanesa Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

APLV/SIN LACTOSA

***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bacalao enharinado casero con mazorca Fruta	5 Hummus permitido Espirales con tomate y atún (sin lácteos) Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con york* Fruta	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Magro** con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis a la italiana (sin lácteos) Merluza al horno con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con fideos Pavo en salsa permitida con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz** Arroz con embutidos permitidos Huevos revueltos con jamón* Fruta	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo* al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida (sin lácteos) Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Pasta con boloñesa vegetal permitida (sin lácteos) Abadejo al horno con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Magro** con salsa permitida y cous cous Fruta	20 Hummus permitido Pasta a la italiana (sin lácteos) Tortilla francesa con ensalada Fruta	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai (sin lácteos) Cerdo en salsa permitida con wok de verduras Postre permitido
	25 Hummus permitido Ensalada de pasta con ingredientes permitidos Tortilla de patatas con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips Salmón al horno con verduras Fruta	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo* plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con magro** Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

**SIN GLUTEN,
APLV/SIN LACTOSA**
***SOLO CONDIMENTOS
PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4	5	6	7	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11	12	13	14	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza sin gluten permitida (sin lácteos) Fruta
	18	19	20	21	22 Ensalada permitida Pasta sin gluten con gambas estilo thai (sin lácteos) Cerdo en salsa permitida con wok de verduras Postre permitido
	25	26	27	28	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con magro** Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

SIN FRUTOS SECOS

***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada permitida Lentejas con verduras Bacalao enharinado casero con mazorca Fruta	5 Hummus permitido Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada permitida Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada permitida Garbanzos con verduras Longanizas permitidas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada permitida Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada permitida Espaguetis en salsa de queso permitida Merluza al horno con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con fideos Pavo en salsa permitida con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz** Arroz con embutidos permitidos Huevos revueltos con jamón Yogur	14 Ensalada permitida Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada permitida Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada permitida Pasta con boloñesa vegetal permitida Abadejo al horno con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada permitida Arroz a la cubana Magro en salsa permitida con cous cous Fruta	20 Hummus permitido Pasta a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada permitida Lentejas con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Cerdo en salsa permitida con wok de verduras Postre permitido
	25 Hummus permitido Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla de patatas con jamón Fruta	26 Ensalada permitida Sopa de ave Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada permitida Patatas chips con bacon y queso Hamburguesa permitida con verduras Yogur	28 Ensalada permitida Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada permitida Arroz con embutidos permitidos Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

SIN PESCADO
 ***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Revuelto de chistorra con patatas Fruta	5 Hummus permitido Espirales con tomate y queso Lomo en salsa con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas permitidas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso permitida Magro con tomate y guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con huevo Sopa de ave con fideos Pavo al curry con bastoncitos de zanahoria en salsa permitida Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz con embutidos permitidos Huevos revueltos con jamón Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Pasta con boloñesa vegetal permitida Longanizas plancha con zanahoria Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Goulash de magro con cous cous Fruta	20 Hummus permitido Pasta a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con verduras estilo thai Cerdo al estilo sian con wok de verduras Arroz con leche
	25 Hummus permitido Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla de patatas con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips con bacon y queso Hamburguesa permitida con aros de cebolla Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con embutidos permitidos Revuelto de la casa permitido Fruta

Comida



MAYO

SIN MARISCO
 ***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bacalao** enharinado casero con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate y queso Merluza** al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso permitida Merluza** a la provenzal con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con huevo Sopa de ave con fideos Pavo al curry con bastoncitos de zanahoria en salsa permitida Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno Huevos revueltos con jamón Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo** a la vizcaína Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Goulash de magro con cous cous Fruta	20 Hummus con nachos Pasta a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con verduras estilo thai Cerdo al estilo sian con wok de verduras Arroz con leche
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla de patatas con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada California Patatas chips con bacon y queso Hamburguesa completa con aros de cebolla Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con embutidos permitidos Merluza** al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

**SIN LEGUMBRES,
FRUTOS SECOS**
**SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Quinoa especiada Bacalao horno con mazorca Fruta	5 Champiñones salteados Pasta de maíz con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Arroz con pollo Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Hervido de verduras de temporada Magro** con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Pasta de maíz en salsa de queso permitida Merluza al horno con champiñón Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con pasta de maíz Pavo en salsa permitida con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz** Arroz con magro** Huevos revueltos con jamón Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Hervido de verduras permitidas Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Pasta de maíz con tomate y verduras Abadejo al horno con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Magro** con salsa permitida con quinoa Fruta	20 Ensalada fresca de temporada Pasta de maíz a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Pasta de maíz con gambas estilo thai Cerdo en salsa permitida con wok de verduras Postre permitido
	25 Verduras salteadas Ensalada de pasta de maíz con ingredientes permitidos Tortilla de patatas con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con pasta de maíz Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips con queso Salmón al horno con verduras Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Quinoa especiada Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con magro** Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

SIN HUEVO
 ***SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bacalao enharinado casero (sin huevo) con mazorca Fruta	5 Hummus permitido Pasta especial con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Chuletas de pavo con calabacín Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas permitidas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Pasta especial en salsa de queso permitida Merluza al horno con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún Sopa de ave con pasta especial Pavo en salsa permitida con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz** Arroz con embutidos permitidos Pollo al ajillo Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Pasta especial con boloñesa vegetal permitida Abadejo al horno con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz tomate y verduras Goulash de magro con cous cous* Fruta	20 Hummus con nachos Pasta especial a la italiana Tortilla (harina de garbanzos) de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Pasta especial con gambas estilo thai Cerdo en salsa permitida con wok de verduras Postre permitido
	25 Hummus permitido Ensalada de pasta especial con ingredientes permitidos Tortilla vegana con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave pasta especial Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips con bacon y queso Hamburguesa permitida con verduras Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con embutidos permitidos Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

SIN HUEVO, SÉSAMO,
FRUTOS SECOS

**SOLO CONDIMENTOS PERMITIDOS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4	5	6	7	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11	12	13	14	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18	19	20	21	22 Ensalada permitida Pasta especial con gambas estilo thai Cerdo en salsa permitida con wok de verduras Postre permitido
	25	26	27	28	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con embutidos permitidos Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

SIN FRUCTOSA, SIN LACTOSA/APLV

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada permitida Lentejas (3 cuch) (sofrito especial) Bacalao horno con champiñones	5 Champiñones salteados Espirales con atún y queso Merluza al horno con berenjenas	6 Ensalada permitida Arroz con pollo (sofrito especial) Tortilla francesa con york*	7 Ensalada permitida Garbanzos (3 cuch) (sofrito especial) Magro** con brócoli	8 Ensalada permitida Crema de verduras permitidas Pollo al horno con patatas
	11 Ensalada permitida Pasta con verduras permitidas (sin lácteos) Merluza al horno con champiñón	12 Ensalada permitida Sopa de ave con fideos Pavo a la plancha con calabacín	13 Crema fría permitida Arroz con magro** (sofrito especial) Huevos revueltos con berenjena plancha	14 Ensalada permitida Fabada vegetal (3 cuch) (sofrito especial) Lomo al horno con patatas	15 Ensalada permitida Crema de verduras Pechuga a la plancha con brócoli
	18 Ensalada permitida Pasta con champiñones (sin lácteos) Abadejo al horno con calabacín	19 Ensalada permitida Arroz con tomate y huevo Magro** en salsa permitida con cous cous	20 Hummus permitido Pasta a la italiana (sin lácteos) Tortilla francesa con ensalada permitida	21 Ensalada permitida Lentejas (3 cuch) (sofrito especial) Pollo con patatas	22 Ensalada permitida Pasta con gambas y champiñones (sin lácteos) Cerdo en salsa permitida con wok de verduras
	25 Verduras permitidas salteadas Ensalada de pasta con ingredientes permitidos Tortilla de patatas* con jamón	26 Ensalada permitida Sopa de ave Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli	27 Ensalada permitida Patatas asadas Salmón al horno con verduras permitidas	28 Ensalada permitida Lentejas (3 cuch) (sofrito especial) Lomo plancha con berenjena	29 Ensalada permitida Arroz con pollo Merluza al horno con calabacín

Comida



MAYO

SIN TORTILLA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Croqueta casera de bacalao con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Chuletas de pavo con calabacín Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas magras con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
Comida	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Merluza a la provenzal con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con fideos Pavo al curry con bastoncitos de zanahoria en salsa permitida Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno Huevos revueltos con jamón Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo a la vizcaína Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Goulash de magro con cous cous Fruta	20 Hummus con nachos Canelones de carne Lomo sajoina a la plancha con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras y manzana Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Cerdo al estilo sian con wok de verduras Arroz con leche
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Croquetas variadas Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con verduras Fingers de pescado con brócoli Fruta	27 Ensalada California Patatas chips con bacon y queso Hamburguesa completa con aros de cebolla Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz milanesa Merluza al horno con zanahoria Fruta



MAYO

HIPOCALÓRICA
 Legumbres - 150g; Pan/tosta - 20g;
 Pasta/arroz - 120g; Tortilla - 1 porción;
 Guarniciones HC - 30g; Sopa - 90g
 ***Solo condimentos permitidos

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bacalao horno con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Lomo a la plancha con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Merluza al horno con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con fideos Pavo a la plancha con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno vegetal con garbanzos Huevos revueltos con berenjena plancha Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo al horno con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Lomo plancha con cous cous Fruta	20 Hummus con nachos Pasta a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Cerdo al estilo sian con wok de verduras Postre permitido
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla francesa con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas asadas Salmón al horno con verduras Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con pollo y verduras Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

HIPOSÓDICA (Baja en Sal)
 ***Solo condimentos permitidos
 ***Sin añadir sal a las comidas

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bacalao horno con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Lomo a la plancha con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Merluza al horno con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con fideos Pavo a la plancha con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno vegetal con garbanzos Huevos revueltos con berenjena plancha Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo al horno con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Lomo plancha con cous cous Fruta	20 Hummus con nachos Pasta a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Cerdo al estilo sian con wok de verduras Postre permitido
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla francesa con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas asadas Salmón al horno con verduras Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con pollo y verduras Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

DIABÉTICO
 Legumbres - 150g; Pan/tosta - 20g;
 Pasta/arroz - 120g;
 Tortilla/Pizza - 1 porción; Guarniciones HC-30g; Sopa - 90g
 ***Solo condimentos permitidos

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bacalao horno con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Lomo a la plancha con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Merluza al horno con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con fideos Pavo a la plancha con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno vegetal con garbanzos Huevos revueltos con berenjena plancha Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo al horno con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Lomo plancha con cous cous Fruta	20 Hummus con nachos Pasta a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Cerdo al estilo sian con wok de verduras Postre permitido
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla francesa con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Chuletas de pavo a las finas hierbas con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas asadas Salmón al horno con verduras Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con pollo y verduras Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

SIN LENTEJAS

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Croqueta casera de bacalao con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Merluza a la provenzal con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con fideos Pavo al curry con bastoncitos de zanahoria en salsa permitida Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno Huevos revueltos con jamón Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo a la vizcaína Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Goulash de magro con cous cous Fruta	20 Hummus con nachos Canelones de carne Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Alubias con verduras Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Cerdo al estilo sian con wok de verduras Arroz con leche
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla de patatas con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave Fingers de pescado con brócoli Fruta	27 Ensalada California Patatas chips con bacon y queso Hamburguesa completa con aros de cebolla Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Alubias viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz milanesa Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

SIN TERNERA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Croqueta casera de bacalao con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas permitidas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo al horno con patatas Fruta
Comida	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Merluza a la provenzal con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de ave con fideos Pavo al curry con bastoncitos de zanahoria en salsa permitida Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno Huevos revueltos con jamón Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Lomo al horno con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo a la vizcaína Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Goulash de magro con cous cous Fruta	20 Hummus con nachos Pasta a la italiana Tortilla de patatas y queso con ensalada verde Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras y manzana Pollo con chips de patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Cerdo al estilo sian con wok de verduras Arroz con leche
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla de patatas con jamón Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa de ave con verduras Fingers de pescado con brócoli Fruta	27 Ensalada California Patatas chips con bacon y queso Hamburguesa permitida con aros de cebolla Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Lomo plancha con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz milanesa Merluza al horno con zanahoria Fruta



MAYO



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bocaditos vegetales con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate Filete de seitán con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella de verduras y legumbres Tortilla vegana de patatas con verduras Yogur vegetal	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas veganas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Nuggets veganos con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis a la italiana (sin lácteos) Hamburguesa vegana con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida Sopa de verduras con fideos Curry de verduras y tofu con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno vegetal con garbanzos Albóndigas veganas con berenjena plancha Yogur vegetal	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Bocaditos veganos con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones a la boloñesa vegetal (sin lácteos) Salchichas veganas con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz tomate y verduras Cous cous con verduras y soja texturizada Fruta	20 Hummus con nachos Canelones de verduras Tortilla (harina de garbanzos) con ensalada Yogur vegetal	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Panini con ingredientes permitidos Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con tofu estilo thai (sin lácteos) Seitán en salsa permitida con wok de verduras Postre permitido
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales Tortilla vegana de patatas Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa vegetal Empanado vegano con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips Hamburguesa completa vegetal (sin queso) con aros de cebolla Yogur vegetal	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Falafel con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz de verduras Tortilla de harina de garbanzos con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

SIN CARNE

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Croqueta casera de bacalao con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella de verduras y legumbres Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas veganas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Varitas de pescado con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Merluza a la provenzal con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de verduras con fideos Curry de verduras y tofu con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno vegetal con garbanzos Huevos revueltos con berenjena plancha Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Crunch de salmón con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo a la vizcaína Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Cous cous con verduras y soja texturizada Fruta	20 Hummus con nachos Canelones de verduras Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Panini con ingredientes permitidos Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Seitán en salsa permitida con wok de verduras Arroz con leche
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla de patatas con queso Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa vegetal Fingers de pescado con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips con queso Hamburguesa completa vegetal con aros de cebolla Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Falafel de garbanzos con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz de verduras Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO

OVOLACTOVEGETARIANO

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Bocaditos vegetales con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate y queso Filete de seitán con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella de verduras y legumbres Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas veganas con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Nuggets veganos con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Hamburguesa vegana con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con huevo Sopa de verduras con fideos Curry de verduras y tofu con bastoncitos de zanahoria Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno vegetal con garbanzos Huevos revueltos con berenjena plancha Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Bocaditos veganos con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Salchichas veganas con zanahoria baby Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Cous cous con verduras y soja texturizada Fruta	20 Hummus con nachos Canelones de verduras Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Panini con ingredientes permitidos Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con tofu estilo thai Seitán en salsa permitida con wok de verduras Arroz con leche
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla de patatas con queso Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa vegetal Empanado vegano con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips con queso Hamburguesa completa vegetal con aros de cebolla Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Falafel de garbanzos con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz de verduras Revuelto de la casa permitido Fruta

Comida



MAYO

VEGETARIAN

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVE
	4 Fresh seasonal salad Lentils with vegetables Vegetable bites with corn on the cob Fruit	5 Chickpea hummus Spirals with tomato and cheese Seitan steak with eggplant Fruit	6 Fresh seasonal salad Vegetable and legume paella Potato omelet with fresh cheese Yogurt	7 Fresh seasonal salad Chickpeas with vegetables Vegan sausages with baby carrots Fruit	8 Fresh seasonal salad Cream of vegetables Vegan nuggets with potatoes Fruit
	11 Fresh seasonal salad Spaghetti in cheese sauce Vegan burger with peas Fruit	12 Permitted complete salad with egg Vegetable noodle soup Vegetable and tofu curry with carrot sticks Fruit	13 Andalusian gazpacho Vegetable baked rice with chickpeas Scrambled eggs with grilled eggplant Yogurt	14 Fresh seasonal salad Vegetarian bean stew Vegan bites with potato Fruit	15 Fresh seasonal salad Cream of vegetables Pizza allowed Fruit
	18 Fresh seasonal salad Macaroni with vegan bolognese sauce Vegan sausages with baby carrots Fruit	19 Fresh seasonal salad Cuban-style rice Couscous with vegetables and textured soy protein Fruit	20 Hummus with nachos Vegetable cannelloni Potato and cheese omelet with salad Yogurt	21 Fresh seasonal salad Lentils with vegetables Vegan bites with potato chips Fruit	22 Allowed salad Thai-style tofu noodles Seitan in allowed sauce with vegetable stir-fry Rice pudding
	25 Chickpea hummus Pasta salad with vegetables and cheese Potato omelet with cheese Fruit	26 Fresh seasonal salad Vegetable soup Vegan breading with broccoli Fruit	27 Fresh seasonal salad Potato chips with cheese Complete veggie burger with onion rings Yogurt	28 Fresh seasonal salad Lentils Chickpea falafel with eggplant Fruit	29 Fresh seasonal salad Vegetable rice House scrambled eggs (allowed) Fruit

Comida



MAYO



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVO
	4 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Croqueta casera de bacalao con mazorca Fruta	5 Hummus de garbanzos Espirales con tomate, atún y queso Merluza al horno con berenjenas Fruta	6 Ensalada fresca de temporada Paella valenciana de pollo halal Tortilla de patatas con queso fresco Yogur	7 Ensalada fresca de temporada Garbanzos con verduras Longanizas de pollo halal con zanahoria baby Fruta	8 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pollo halal al horno con patatas Fruta
	11 Ensalada fresca de temporada Espaguetis en salsa de queso Merluza a la provenzal con guisantes Fruta	12 Ensalada completa permitida con atún y huevo Sopa de verduras con fideos Pollo halal al curry con bastoncitos de zanahoria en salsa permitida Fruta	13 Gazpacho andaluz Arroz al horno vegetal con garbanzos Huevos revueltos con berenjena plancha Yogur	14 Ensalada fresca de temporada Fabada vegetal Crunch de salmón con patatas Fruta	15 Ensalada fresca de temporada Crema de verduras Pizza permitida Fruta
	18 Ensalada fresca de temporada Macarrones con boloñesa vegetal Abadejo a la vizcaína Fruta	19 Ensalada fresca de temporada Arroz a la cubana Goulash de pollo halal con cous cous Fruta	20 Hummus con nachos Canelones de verduras Tortilla de patatas y queso con ensalada Yogur	21 Ensalada fresca de temporada Lentejas con verduras Pollo halal al horno con patatas Fruta	22 Ensalada permitida Tallarines con gambas estilo thai Pollo halal en salsa permitida con wok de verduras Arroz con leche
	25 Hummus de garbanzos Ensalada de pasta con vegetales y queso Tortilla de patatas con queso Fruta	26 Ensalada fresca de temporada Sopa vegetal Fingers de pescado con brócoli Fruta	27 Ensalada fresca de temporada Patatas chips con queso Hamburguesa de pollo halal completa con aros de cebolla Yogur	28 Ensalada fresca de temporada Lentejas viudas Pollo halal con berenjena Fruta	29 Ensalada fresca de temporada Arroz con pollo halal y verduras Merluza al horno con zanahoria Fruta

Comida



MAYO



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
					1 FESTIVE
	4 Fresh seasonal salad Lentils with vegetables Homemade cod croquette with corn on the cob Fruit	5 Chickpea hummus Spirals with tomato, tuna and cheese Baked hake with eggplant Fruit	6 Fresh seasonal salad Halal chicken paella Potato omelet with fresh cheese Yogurt	7 Fresh seasonal salad Chickpeas with vegetables Halal chicken sausages with baby carrots Fruit	8 Fresh seasonal salad Cream of vegetables Halal baked chicken with potatoes Fruit
	11 Fresh seasonal salad Spaghetti in cheese sauce Hake Provençal with peas Fruit	12 Permitted complete salad with tuna and egg Vegetable noodle soup Halal chicken curry with carrot sticks in permitted sauce Fruit	13 Andalusian gazpacho Vegetable baked rice with chickpeas Scrambled eggs with grilled eggplant Yogurt	14 Fresh seasonal salad Vegetable bean stew Salmon crunch with potato Fruit	15 Fresh seasonal salad Cream of vegetables Pizza allowed Fruit
	18 Fresh seasonal salad Macaroni with vegan bolognese sauce Cod in Biscay sauce Fruit	19 Fresh seasonal salad Cuban-style rice Halal chicken goulash with couscous Fruit	20 Hummus with nachos Vegetable cannelloni Potato and cheese omelet with salad Yogurt	21 Fresh seasonal salad Lentils with vegetables Halal baked chicken with potatoes Fruit	22 Permitted salad Thai-style shrimp noodles Halal chicken in permitted sauce with vegetable stir-fry Rice pudding
	25 Chickpea hummus Pasta salad with vegetables and cheese Potato omelet with cheese Fruit	26 Fresh seasonal salad Vegetable soup Fish fingers with broccoli Fruit	27 Fresh seasonal salad Potato chips with cheese Complete halal chicken burger with onion rings Yogurt	28 Fresh seasonal salad Lentils Halal chicken with eggplant Fruit	29 Fresh seasonal salad Rice with halal chicken and vegetables Baked hake with carrots Fruit

Comida

