



# SÓLIDOS JUNIO 2025 SIN LECHE- SOJA-TERNERA



LUNES 2	MARTES 3	MIÉRCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
Garbanzos estofados con patata y zanahoria	Arroz con salsa de tomate natural	Judía verde con patata y AOVE	Fideos a la cazuela con verduras G,A	Crema de calabacín
Hamburguesa de quinoa con salsa de guisantes G	Tortilla a la francesa H	Filete de merluza empanada al horno G,P	Butifarra de payés con salsa de puerro D	Pollo al horno con salsa de berenjena
Postre de soja S	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Postre de soja S
LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
FESTIVO	Crema de verduras con quinoa	Ensalada de pasta con manzana, maíz y zanahoria G	Lentejas estofadas con bulgur G	Guisantes con patata y cebolla
	Tortilla de patata y cebolla H	Hamburguesa de pollo con salsa de pepino D	Salchichas de cerdo con tomate D	Pavo estofado con calabacín y zanahoria
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Postre de soja S	Fruta de temporada
LUNES 16	MARTES 17	MIÉRCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
Caldo de verduras con cus cus G,A	Garbanzos estofados con patata y zanahoria	Menestra de verdura	Ensalada de arroz con maíz, zanahoria y aceitunas	Crema de coliflor con zanahoria
Buñuelos de bacalao cocinados al horno G,P,H	Pavo con salsa de champiñones	Albóndigas de pollo con tomate natural	Tortilla a la francesa H	Pechuga de pollo al horno con salsa de calabacín
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Postre de soja S	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 23	MARTES 24	MIÉRCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
FESTIVO	FESTIVO	Crema de zanahoria	Espaguetis integrales con salsa de tomate natural G	Judía verde con patata y AOVE
		Pavo al horno con salsa de brócoli	Huevos revueltos con champiñones H	Merluza al horno con salsa de puerro P
		Postre de soja S	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 30				
Caldo de verduras con pasta G,A				
Tortilla de patata y cebolla H				
Fruta de temporada				

## HACIA UN MENÚ MÁS SALUDABLE Y SOSTENIBLE

- Aumentamos la presencia de legumbres.
- Nuestras frutas y verduras son más ecológicas y de proximidad, cambiando la fruta según la temporada.
- Las legumbres, el arroz, la pasta, el bulgur, el seitán, la quinoa, el tofu (soja no transgénica) y los huevos que utilizamos para preparar nuestros platos también son de origen ecológico.
- No añadimos azúcar a nuestros platos, por lo que los yogures que servimos son naturales y sin azúcar. Siempre utilizamos Aceite de Oliva Virgen Extra (AOVE).
- Nuestras pastas son integrales facilitando la digestión.
- Incluimos pan blanco o integral, a elección del centro, todos los días.
- Para garantizar una buena salud hemos reducido los alimentos procesados y eliminado todos los alimentos fritos.