

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz <b>03</b></p> <p><b>Sopa minestrone con fideos</b> sopa de verduras</p> <p><b>Rollito de primavera con guarnición de arroz</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, maíz <b>04</b></p> <p><b>Olleta de garbanzos estofados</b> con verduras</p> <p><b>Tortilla de patata y calabacín</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, pepino, olivas <b>05</b></p> <p><b>Arroz con coliflor y ajetes</b></p> <p><b>Filete de merluza al limón y romero</b> al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, maíz, olivas <b>06</b></p> <p><b>Crema Saint Germain</b> de guisantes y manzana</p> <p><b>Pizza vegetal</b> con tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p><b>Ensalada mediterránea</b> lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas <b>07</b></p> <p><b>Espaguetis salteados con hortalizas</b> Yogur</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz <b>10</b></p> <p><b>Crema campestre con picatostes</b> con patata, puerro, zanahoria y calabacín</p> <p><b>Hamburguesa de coliflor y queso</b> Fruta de temporada</p>	<p>Hummus con tosta <b>11</b></p> <p><b>Arroz con salsa de tomate</b></p> <p><b>Bacalao rebozado</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz <b>12</b></p> <p><b>LENTEJAS ECO a la jardinera</b> con cebolla, zanahoria y calabacín</p> <p><b>Tortilla de patata y cebolla</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas <b>13</b></p> <p><b>Fideuá gandiense</b> de pescado</p> <p><b>Champiñón al ajillo con garbanzos al pimentón</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz <b>14</b></p> <p><b>Garbanzos a la hortelana</b> con verduras</p> <p><b>Quinoa salteada con hortalizas</b> Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz <b>17</b></p> <p><b>Sopa juliana con estrellitas</b> sopa de verduras</p> <p><b>Hamburguesa falafel en salsa española</b> al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, pepino, olivas <b>18</b></p> <p><b>Lentejas campesinas</b> con patata, zanahoria y cebolla</p> <p><b>Tortilla de patata</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, maíz <b>19</b></p> <p><b>MACARRONES INTEGRALES con aceitunas negras y tomate</b> con queso</p> <p><b>Filete de abadejo en salsa de cebolla</b> al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz, olivas <b>20</b></p> <p><b>Crema de legumbres</b> con hortalizas</p> <p><b>Cous cous con verduras salteadas</b> Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, remolacha, maíz <b>21</b></p> <p><b>Paella de verduras</b></p> <p><b>Fish &amp; Chips</b> pescado rebozado con patatas chips</p> <p><b>Yoco batido de fresa</b></p>
<p><b>Festivo</b> <b>24</b></p>	<p><b>Festivo</b> <b>25</b></p>	<p><b>Festivo</b> <b>26</b></p>	<p><b>Festivo</b> <b>27</b></p>	<p><b>Festivo</b> <b>28</b></p>
<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p>				

No necesitas comer menos, si no comer bien

Sabías que...

JUNIO FRUTA DE TEMPORADA: Ciruela, manzana, melocotón, plátano, sandía, paraguay, albaricoque

### Consejos saludables

El día 20 de junio damos la bienvenida al verano, y con ello a gran cantidad de frutas y verduras, con colores atractivos y sabores deliciosos. Anímate a ir probándolos y disfrutar de los beneficios que nos aportan.

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega3
- Gastronomía local
- Sugerencia CBNA
- Pícnal vegetal
- Día temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro