



Lunes

Martes

COCINA CENTRAL

Junio 2026

Menú Vegano

Miércoles

Jueves

Viernes

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

1

Lechuga, tomate, pepino y maíz
Macarrones con tomate

Garbanzos con verduras y frutos secos

Postre Fruta Pan

2

Lechuga, tomate, zanahoria y aceitunas
Lentejas con arroz integral y verduras ECO

Tofu con verduras y sésamo

Postre Fruta Pan

3

Mezclum, tomate, remolacha y maíz
Crema de verduras y hortalizas ECO

Albóndigas vegetales con tomate

Postre Fruta Pan int

4

Tosta de tomate con orégano
Ensalada mezclum con garbanzos y pepino

Paella valenciana de verduras

Postre Fruta ECO Pan

5

Lechuga, tomate, pepino
Guisado albóndigas vegetales

Arroz blanco con sésamo

Postre Yogur de soja Pan int

8

Lechuga, tomate, maíz y aceitunas
Crema de legumbres y hortalizas ECO

Albóndigas vegetales c champiñones

Postre Fruta Pan

9

Lechuga, tomate, pepino
Macarrones al pesto c champis

Lentejas salteadas con verduras y pasas

Postre Fruta Pan

10

Tosta de humus
Ensalada campestre

Quinoa con lentejas y frutos secos

Postre Fruta Pan int

11

Mezclum, tomate, espárragos y cebolleta
Arroz de verduras

Loncheado vegano de pavo y queso vegano

Postre Fruta Pan

12

Lechuga, tomate, remolacha y pepino
Potaje de garbanzos con verduras

Cuscús con verduras y sésamo

Postre Fruta Pan int

15

Mezclum, tomate, zanahoria y maíz
Lentejas juliana

Arroz blanco con pasas

Postre Fruta Pan

16

Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas
Arroz de verduras

Loncheado vegano de jamón y queso vegano

Postre Fruta Pan

17

Mezclum, tomate, espárragos y maíz
Crema de alubias blancas y hortalizas ECO

Cuscús con verduras y pasas

Postre Fruta Pan int

18

Lechuga, tomate, pepino y cebolleta
Espirales con tomate

Garbanzos salteados con pepino y pasas

Postre Fruta ECO Pan

19

MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO
Ensalada pantesca patata, tomate y olivas

Albóndigas vegetales con calabacín ECO

Postre Yogur de soja Pan int

22

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Macarrones integrales napolitana

Garbanzos con verduras y pasas

Postre Fruta Pan

23

Lechuga, tomate, espárragos y aceitunas
Sopa de verduras

Hamburguesa de falafel

Postre Fruta Pan

24

FESTIVO

25

Mezclum, tomate, remolacha
Arroz al horno de verduras

Loncheado vegano de jamón y queso

Postre Fruta Pan

26

Lechuga, tomate, zanahoria y cebolleta
Crema de verduras de temporada

Albóndigas vegetales a la jardinera

Postre Fruta Pan int

29

Lechuga, tomate, zanahoria y espárragos
Espirales con tomate y orégano

Lentejas salteadas con verduras y frutos secos

Postre Fruta Pan

30

Mezclum, tomate, remolacha y cebolleta
Sopa hortelana con estrellitas

Albóndigas vegetales al chilindrón

Postre Fruta Pan