



COCINA CENTRAL

Junio 2026

Menú Vegetariano

Tamar
RESTAURACIÓN & CATERING

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Lechuga, tomate, pepino y maíz
Macarrones con tomate y queso

Hamburguesa de coliflor

Postre Fruta Pan

2

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

Tortilla francesa

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

Nuggets de brócoli al horno

Postre Lácteo 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

Nuggets de brócoli

Postre Fruta Pan

10

Tosta de humus
Ensalada campestre c huevo duro

Tortilla francesa

Postre Fruta Pan int

11

Mezclum, tomate, espárragos y cebolleta
Arroz de verduras

Loncheado vegano de pavo y queso

Postre Fruta Pan

12

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

Tortilla de patata y calabacín

Postre Fruta Pan int

15

Mezclum, tomate, zanahoria y maíz
Lentejas juliana

Tortilla de patata y cebolla

Postre Fruta Pan

16

Lechuga, tomate, remolacha y aceitunas
Arroz de verduras

Surtido de quesos

Postre Fruta Pan

17

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

Tortilla francesa

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

Hamburguesa de coliflor con calabacín ECO

Postre Lácteo Pan int

22

Lechuga, tomate, maíz y zanahoria
Macarrones integrales napolitana

Tortilla de queso

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