



Lunes

Martes

# CRA EL SABINAR

Junio 2024

No lactosa

Miércoles

Jueves

Viernes

# Tamar

RESTAURACIÓN & CATERING

**3**  
Lechuga, tomate, remolacha y olivas  
Espaguetis napolitana  
Merluza a la gallega con ajitos  
**Postre** Fruta **Pan**

**4**  
Lechuga, tomate, espárragos y maíz  
Lentejas con verduras ECO  
Tortilla francesa  
**Postre** Fruta **Pan**

**5**  
Lechuga, tomate, zanahoria y pepino  
Sopa de marisco con fideos  
Pollo al chilindrón  
**Postre** Fruta **Pan integral**

**6**  
Tosta de tomate con orégano  
Ensalada con garbanzos y pepino ECO  
Arroz a banda  
**Postre** Fruta ECO **Pan**

**7**  
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria  
Guisado de albóndigas con guisantes  
Bacalao al horno con cebolla  
**Postre** Lácteo sin lactosa **Pan**

**10**  
Lechuga, tomate, zanahoria y pepino  
Crema de legumbres y hortalizas ECO  
Lomo adobado con patatas  
**Postre** Fruta **Pan**

**11**  
Lechuga, tomate, remolacha y olivas  
Macarrones a la boloñesa con cebolla  
Filete de abadejo a la bizcaína  
**Postre** Fruta **Pan**

**12**  
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria  
Sopa de cocido con garbanzos  
Croquetas de bacalao  
**Postre** Lácteo sin lactosa **Pan integral**

**13**  
Tosta de humus  
Ensalada valenciana completa  
Arroz al horno  
**Postre** Fruta **Pan**

**14**  
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria  
Potaje de garbanzos con hortalizas  
Tortilla de patata y espinacas  
**Postre** Fruta **Pan**

**17**  
Lechuga, tomate, olivas y remolacha  
Patatas a la riojana  
Bacalao a la vizcaína con cebolla  
**Postre** Fruta **Pan**

**18**  
Lechuga, tomate, maíz y pepino  
Olleta de alubias con hortalizas ECO  
Panini con tomate y atún  
**Postre** Fruta **Pan**

**19**  
Lechuga, tomate, espárragos y maíz  
Ensalada de espirales con atún  
Croquetas de bacalao  
**Postre** Fruta **Pan integral**

**20**  
Lechuga, tomate, maíz y zanahoria  
Paella valenciana  
Jamón york y pavo  
**Postre** Fruta **Pan**

**21**  
MENÚ ESPECIAL FIN DE CURSO  
Crema vichyssoise  
Hamburguesa completa con chips  
**Postre** Helado vegetal **Pan integral**

## RECOMENDACIONES DE CENA



☎ 902 103 478 Atención al cliente

🌐 www.tamar.es



COMIDA

CENA