



# MENÚ JUNIO 2025



## DESAYUNO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
-------	--------	-----------	--------	---------

Vaso de leche con galletas integrales

Yogur natural sin azúcar con fruta troceada

Pan integral con loncha de pavo y bebida vegetal

Bizcocho casero de limón sin azúcar y bebida vegetal

Vaso de leche y tortitas de maíz

## COMIDA

2 - Crema de verduras variadas - Tofu marinado a la plancha con rodajas de cebolla, ajo y perejil. - Fruta.	3 - Ensalada de pasta de colores con daditos de tomate, maíz y olivas. - Tortilla con berenjena. - Fruta.	4 - Garbanzos cocidos con espinacas, zanahorias y patatas. - Filete de pollo rebozado con pan rallado integral y sésamo. - Fruta.	5 - Verduras al horno (calabaza, zanahorias, patatas y cebollas). - Hamburguesa de ternera casera a la plancha. - Fruta.	6 - Sopa de pollo con arroz integral. - Pescado blanco a la plancha. - Fruta.
9 <b>FESTIVO</b>	10 - Crema de acelgas y patatas. - Varitas de pavo rebozadas con leche de coco y pan rallado. - Fruta.	11 - Judías blancas con verduras. - Pescado blanco al horno con láminas finas de calabacín. - Fruta.	12 - Arroz caldoso casero, con verduras. - Tortilla de patatas. - Fruta.	13 - Sopa de cocido con pasta maravilla. - Tofu marinado y rebozado con huevo a la plancha. - Fruta.
16 - Calabaza, zanahorias, patatas y cebollas al horno con semillas de sésamo. - Tortilla francesa. - Fruta.	17 - Lentejas guisadas caseras con verduras y daditos de ternera. - Fruta.	18 - Crema de espinacas y puerros. - Pescado blanco a la plancha con un toque suave de limón. - Fruta.	19 - Fideos a la cazuela caseros con verduras y trocitos de pollo. - Fruta.	20 - Sopa de verduras y arroz. - Pescado al horno con rodajas de berenjenas y cebolla. - Fruta.
23 <b>DÍA LIBRE DISPOSICIÓN</b>	24 <b>FESTIVO</b>	25 - Crema de verduras variadas. - Tortilla francesa con queso. - Fruta.	26 - Garbanzos hervidos con verduras. - Filete de pollo rebozado con pan rallado y leche de coco. - Fruta.	27 - Sopa de pollo con pasta de letras. - Pescado blanco a la plancha con un toque suave de limón. - Fruta.
30 - Ensalada de pasta de colores con daditos de tomate, maíz y olivas. - Hamburguesa caseras de pollo a la plancha. - Fruta.				

## MERIENDA

Zumo de naranja natural y galletas integrales

Tortitas de maíz con loncha de pavo y bebida vegetal

Zumo de naranja natural y bizcocho casero de limón sin azúcar

Yogur natural sin azúcar con fruta troceada

Bebida vegetal y bizcocho casero sin azúcar

