



MENÚ SIN PESCADO

- 1. GLUTEN
- 2. LÁCTEO
- 3. HUEVO
- 4. PESCADO
- 5. MOLUSCOS

- 6. CRUSTÁCEOS
- 7. CACAHUETES
- 8. FRUTOS DE CÁSCARA
- 9. SOJA
- 10. SÉSAMO

- 11. MOSTAZA
- 12. APIO
- 13. ALTRAMUCES
- 14. SULFITO



MATER
SALVATORIS

JUNIO 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>Lentejas ecológicas con verduras (1,2,14)</p> <p>Filete de pavo a la plancha con ensalada variada (14)</p> <p>Fruta</p> <p>565,17 kcal, 85,32 gr HC, 19,73 prot, 12,94g líp</p> <p>1</p>	<p>Espirales integrales al horno con tomate casero al horno (1)</p> <p>Cinta de lomo fresca a la plancha con ensalada mixta (14)</p> <p>Fruta</p> <p>690,35 KCAL, 81,83 gr HC, 35,50 gr Prot, 22,82g líp</p> <p>2</p>	<p>Arroz a la milanesa</p> <p>Filete de ternera a la plancha con ensalada (2,14)</p> <p>Fruta</p> <p>683,62 KCAL, 88,26g HC, 30,01g Prot, 21,72g Líp</p> <p>3</p>	<p>Crema de verduras (14)</p> <p>Pollo al ajillo con verduritas y patatas fritas (14)</p> <p>Yogur (2)</p> <p>741,73 KCAL, 78,93g HC, 34,53g Prot, 30,09g Líp</p> <p>4</p>	<p>Garbanzos con arroz (14)</p> <p>Tortilla francesa con ensalada variada (3,14)</p> <p>Fruta</p> <p>708,97 KCAL, 99,07g HC, 27,05g Prot, 19,54g Líp</p> <p>5</p>
<p>Macarrones integrales al pomodoro (1)</p> <p>Filete de aguja a la plancha con ensalada variada (14)</p> <p>Fruta</p> <p>692,53 KCAL, 83,43g HC, 31,73g Prot, 24g Líp</p> <p>8</p>	<p>Alubias pintas con verduritas (14)</p> <p>Tortilla francesa con verduritas (3)</p> <p>Fruta</p> <p>582,63 KCAL, 79,29g HC, 26,20g Prot, 16,70g Líp</p> <p>9</p>	<p>Judías verdes rehogadas con jamón</p> <p>Contra muslo de pollo empanado con ensalada variada (14)</p> <p>Yogur (2)</p> <p>585,98 KCAL, 48,72g HC, 35,63g Prot, 26,83 Líp</p> <p>10</p>	<p>Salteado de arroz con zanahoria y guisantes</p> <p>Hamburguesa a la plancha con ensalada variada (14)</p> <p>Fruta</p> <p>531,79 KCAL, 65,85g HC, 25,86g Prot, 16,88g Líp</p> <p>11</p>	<p>Crema fresca de puerros y calabaza asada (14)</p> <p>Tortilla francesa con tomate aliñado (3,14)</p> <p>Fruta</p> <p>480,91 KCAL, 54,12g HC, 18,12g Prot, 19,9 Líp</p> <p>12</p>
<p>Lentejas ecológicas estofadas con verduras (1,2,14)</p> <p>Pechuga de pollo a la plancha con ensalada variada (14)</p> <p>Fruta</p> <p>594,02 KCAL, 74,28g HC, 35,03g Prot, 14,8g Líp</p> <p>15</p>	<p>Crema de calabacín y puerro (14)</p> <p>Pollo al horno con salsa de pimientos el piquillo</p> <p>Yogur (2)</p> <p>526,6 KCAL, 60,34g HC, 31,92g Prot, 16,42g Líp</p> <p>16</p>	<p>Ensalada de pasta con vinagreta (1,14)</p> <p>Lomo adobado con ensalada variada (1,3,14)</p> <p>Fruta</p> <p>861,53 KCAL, 80,05g HC, 49,41g Prot, 36,14g Líp</p> <p>17</p>	<p>Guisantes salteados con jamón</p> <p>Albóndigas en salsa española con verduras asadas y patatas fritas (14)</p> <p>Fruta</p> <p>771,49 KCAL, 79,8g HC, 26,45g Prot, 35,16g Líp</p> <p>18</p>	<p>Arroz con tomate casero</p> <p>Tortilla de calabacín con ensalada variada (3,14)</p> <p>Fruta</p> <p>717,16 KCAL, 87,49g HC, 27,68g Prot, 27,68 Líp</p> <p>19</p>
25	26	27	28	29