



Junio 2022

Diabético

		MIÉRCOLES 1	JUEVES 2	VIERNES 3	SÁBADO 4	DOMINGO 5
		Coliflor salteada con pimentón Pollo al chilindrón Fruta	Col de hoja rehogada Lomo adobado con zanahoria baby Fruta	Acelgas rehogadas Pescadilla al horno con cebolla Fruta	Menestra salteada Carrilleras a la garnacha Fruta	Judías verdes con jamón Lomo plancha con pimientos Fruta
		Huevos duros con tallos y guisantes/Lácteo	Puré de verduras /Lácteo	Sopa de cocido/Lácteo	Crema de zanahoria/Lácteo	Sopa de fideos/Lácteo
LUNES 6	MARTES 7	MIÉRCOLES 8	JUEVES 9	VIERNES 10	SÁBADO 11	DOMINGO 12
Acelgas rehogadas Hamburguesa en salsa jardinera Fruta	Alubias pintas verduras Merluza plancha con ensalada de arroz Fruta	Brócoli con ajos Lomo plancha con pimientos Fruta	Coles de Bruselas salteadas Pavo a la plancha con champiñones Fruta	Crema de calabaza Solomillo al roquefort Fruta	Judías verdes rehogadas Merluza al orio con cebolla Fruta	Garbanzos con espinacas y huevo duro Pollo a la cerveza Fruta
Sopa castellana/Lácteo	Puré de calabacín y zanahoria/Lácteo	Gazpacho / Lácteo	Crema de verduras / Lácteo	Guisantes a la francesa/Lácteo	Crema de espárragos/Lácteo	Revuelto de champiñones/Lácteo
LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17	SÁBADO 18	DOMINGO 19
Menestra salteada Merluza a la koskera Fruta	Lentejas con verduras Lomo adobado con zanahoria baby Fruta	Coles de Bruselas Albóndigas de pescado en salsa verde Fruta	Judías verdes rehogadas Hamburguesa en salsa de champiñones Fruta	Judías blancas jardinera Estofado de ternera Fruta	Acelgas rehogadas con bacon Pechugas a la plancha con champiñones Fruta	Brócoli con ajos Pescadilla portuguesa Fruta
Borrajá rehogada/Lácteo	Sopa de arroz con zanahoria/Lácteo	Crema de espinacas/Lácteo	Sopas de ajo/Lácteo	Sopa de cocido / Lácteo	Puré de calabacín/lácteo	Crema de verduras/Lácteo
LUNES 20	MARTES 21	MIÉRCOLES 22	JUEVES 23	VIERNES 24	SÁBADO 25	DOMINGO 26
Cardo rehogado Pollo al chilindrón Fruta	Judías verdes rehogadas Bacalao ajoarriero Fruta	Lentejas con arroz Lomo a la riojana Fruta	Coliflor salteada con bacon Carrilleras de ternera a la garnacha Fruta	Crema de calabacín Alitas de pollo al ajillo con pimientos Fruta	Acelgas rehogadas Merluza al orio con pimientos Fruta	Col de hoja Magro guisado con ciruelas y pasas Fruta
Sopa de pescado/Lácteo	Puré de puerros/Lácteo	Sopa de fideos con pollo/Lácteo	Gazpacho/ Lácteo	Espinacas rehogadas/Lácteo	Huevo revuelto con tomate/Lácteo	Crema parmentier/Lácteo
LUNES 27	MARTES 28	MIÉRCOLES 29	JUEVES 30			
Brócoli salteado con ajos Lomo a la plancha con pisto Fruta	Garbanzos con callos Merluza a la plancha con pimientos Fruta	Guisantes con jamón Pechugas al vino blanco Fruta	Ensalada de vainas Longaniza asada con pimientos Fruta			
Sopa de verduras/Lácteo	Crema suave de espinacas/Lácteo	Sopa minestrone / Lácteo	Vichyssoise/Lácteo			