

Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
Ensalada de pasta s/gluten Merluza en salsa verde Agua, pan s/gluten y fruta*	Alubias blancas guisadas Huevos fritos Patata bastón Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan s/gluten y fruta*	Salmorejo cordobés s/gluten Albóndigas en salsa s/gluten Arroz integral Agua, pan s/gluten y yogur natural (2)
Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
Macarrones integrales a la boloñesa s/gluten Boquerones rebozados s/gluten Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan s/gluten y fruta*	Paella de verduras Pollo yakitori s/gluten Lechuga pepino y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	Judías verdes con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan s/gluten y fruta*	Ensaladilla olivier Salteado vegetal Agua, pan s/gluten y yogur natural
Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz negro con alioli Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan s/gluten y fruta*	Gazpacho s/gluten Fingers de pollo s/gluten Lechuga huevo y atún Agua, pan s/gluten y fruta*	Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan s/gluten y fruta*	Tortiglioni con salsa de queso s/gluten Retaburguer gourmet s/gluten Patatas chips Agua, pan s/gluten y helado
Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
Lunes 29	Martes 30	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

Celíacos, legumbres

Junio de 2026

Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
Ensalada de pasta s/gluten Merluza en salsa verde Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz salteado Huevos fritos Patata bastón Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz manchego Revuelto de picadillo Agua, pan s/gluten y fruta*	Salmorejo cordobés s/gluten Albóndigas en salsa s/gluten Arroz integral Agua, pan s/gluten y yogur natural
Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
Macarrones integrales a la boloñesa s/gluten Boquerones rebozados s/gluten Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan s/gluten y fruta*	Paella de verduras Pollo yakitori s/gluten Lechuga pepino y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con jamón Tortilla de atún Ensalada de tomate Agua, pan s/gluten y fruta*	Ensaladilla olivier Lomo a la plancha Agua, pan s/gluten y yogur natural
Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Crema de verduras Revuelto de jamón Lechuga aceituna y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz negro con alioli Salteado de verduras y pavo Agua, pan s/gluten y fruta*	Gazpacho s/gluten Fingers de pollo s/gluten Lechuga huevo y atún Agua, pan s/gluten y fruta*	Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan s/gluten y fruta*	Tortiglioni con salsa de queso s/gluten Retaburguer gourmet s/gluten Patatas chips Agua, pan s/gluten y helado
Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
Lunes 29	Martes 30	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Pasta / Arroz, patata



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo

CENA

Pescado o huevo
Huevo o carne
Carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos

Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
Ensalada de pasta s/gluten s/plv Merluza en salsa verde Agua, pan s/gluten y fruta*	Alubias blancas guisadas Huevos fritos Patata bastón Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz manchego Garbanzos con picadillo Agua, pan s/gluten y fruta*	Salmorejo cordobés s/gluten Albóndigas en salsa s/gluten s/plv Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
Macarrones integrales a la boloñesa s/gluten s/plv Boquerones rebozados s/gluten Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan s/gluten y fruta*	Paella de verduras Pollo yakitori s/gluten Lechuga pepino y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	Judías verdes con jamón Tortilla de atún s/plv Ensalada de tomate Agua, pan s/gluten y fruta*	Ensaladilla olivier s/plv Salteado vegetal Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Ensalada de garbanzos Revuelto de jamón s/plv Lechuga aceituna y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz salteado Judías pintas salteadas con verduras y pavo Agua, pan s/gluten y fruta*	Gazpacho s/gluten Fingers de pollo s/gluten Lechuga huevo y atún Agua, pan s/gluten y fruta*	Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan s/gluten y fruta*	Tortiglioni con tomate s/gluten Retaburguer gourmet s/gluten s/plv Patatas chips Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
Lunes 29	Martes 30	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos vegetales
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos vegetales

Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5
Ensalada de pasta s/gluten s/plv Merluza en salsa verde Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz salteado Huevos fritos Patata bastón Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de calabaza Pollo asado con tomillo Pimientos asados Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz manchego Revuelto de picadillo Agua, pan s/gluten y fruta*	Salmorejo cordobés s/gluten Albóndigas en salsa s/gluten s/plv Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
Macarrones integrales a la boloñesa s/gluten s/plv Boquerones rebozados s/gluten Lechuga zanahoria y aceituna Agua, pan s/gluten y fruta*	Paella de verduras Pollo yakitori s/gluten Lechuga pepino y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Crema de boniato y calabacín Magro con tomate Arroz integral Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz con jamón Tortilla de atún s/plv Ensalada de tomate Agua, pan s/gluten y fruta*	Ensaladilla olivier s/plv Lomo a la plancha Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19
Crema de verduras Revuelto de jamón s/plv Lechuga aceituna y maíz Agua, pan s/gluten y fruta*	Arroz salteado Salteado de verduras y pavo Agua, pan s/gluten y fruta*	Gazpacho s/gluten Fingers de pollo s/gluten Lechuga huevo y atún Agua, pan s/gluten y fruta*	Ensalada campera Bacalao a la roteña Agua, pan s/gluten y fruta*	Tortiglioni con tomate s/gluten Retaburguer gourmet s/gluten s/plv Patatas chips Agua, pan s/gluten y fruta*
Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26
Lunes 29	Martes 30	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos vegetales
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos vegetales