

MES: Junio 2026

MIGUEL DE UNAMUNO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>1</b></p> <p>Salteado de judías verdes Lentejas estofadas con verduras Yogur de soja y pan Sautéed green beans Lentils with vegetables Soya yoghurt and bread</p> <p>VE:2.651/634 GT:13 GS:1 HC:100 AZ:8 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>2</b></p> <p>Macarrones (integrales) con salsa de tomate Garbanzos estofados con verduras Fruta (eco.) y pan integral Macaroni (whole grain) with tomato sauce Stewed chickpeas with vegetables Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:3.365/805 GT:9 GS:0 HC:144 AZ:29 PROT:37 SAL:1</p>	<p><b>3</b></p> <p>Crema casera de calabaza dulce (eco.) Burrito vegetal con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan Homemade sweet pumpkin cream (eco.) Burrito vegetal with fresh lettuce salad with beets Fruit and bread</p> <p>VE:3.088/739 GT:21 GS:3 HC:109 AZ:36 PROT:28 SAL:2</p>	<p><b>4</b></p> <p>Lentejas con verduras de temporada Ensalada completa con patatas asadas Fruta y pan integral Stewed lentils Chef salad with roasted potatoes Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:2.568/614 GT:7 GS:0 HC:123 AZ:30 PROT:23 SAL:1</p>	<p><b>5</b></p> <p>Arroz a la napolitana Alubias estofadas con verduras Fruta y pan Napolitan rice Stewed beans with vegetables Fruit and bread</p> <p>VE:3.318/794 GT:6 GS:0 HC:157 AZ:29 PROT:31 SAL:1</p>
<p><b>8</b></p> <p>Espaguetis al ajillo Albóndigas veggie a la jardinera con ensalada fresca de lechuga con tomate Yogur de soja y pan Spaghetti with garlic Veggie meatballs with fresh lettuce salad with tomato Soya yoghurt and bread</p> <p>VE:3.601/861 GT:29 GS:9 HC:105 AZ:15 PROT:46 SAL:2</p>	<p><b>9</b></p> <p>Crema de zanahoria (eco.) Lentejas estofadas con verduras Fruta y pan integral Carrot cream Lentils with vegetables Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:2.662/637 GT:8 GS:1 HC:122 AZ:31 PROT:21 SAL:1</p>	<p><b>10</b></p> <p>Sopa de verduras con pasta integral Garbanzos estofados Fruta (eco.) y pan Vegetables soup with wheat pasta Stewed chickpeas Fruit and bread</p> <p>VE:3.061/732 GT:6 GS:1 HC:126 AZ:28 PROT:25 SAL:2</p>	<p><b>11</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Lentejas estofadas con verduras Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Lentils with vegetables Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:3.214/769 GT:6 GS:0 HC:157 AZ:24 PROT:26 SAL:1</p>	<p><b>12</b></p> <p>Ensalada de alubias Estofado de soja con patatas dado Fruta y pan Bean salad Soy stew with diced potatoes Fruit and bread</p> <p>VE:3.645/872 GT:36 GS:4 HC:112 AZ:30 PROT:28 SAL:1</p>
<p><b>15</b></p> <p>Lentejas con verduras de temporada con arroz Ensalada completa Yogur de soja y pan Stewed lentils with rice Chef salad Soya yoghurt and bread</p> <p>VE:2.915/697 GT:7 GS:0 HC:129 AZ:10 PROT:29 SAL:1</p>	<p><b>16</b></p> <p>Arroz con salsa de tomate Garbanzos estofados con verduras Fruta y pan integral Rice with tomato sauce Stewed chickpeas with vegetables Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:3.553/850 GT:9 GS:0 HC:161 AZ:33 PROT:35 SAL:1</p>	<p><b>17</b></p> <p>Crema casera de la huerta Alubias estofadas con verduras Fruta y pan Homemade garden cream Stewed beans with vegetables Fruit and bread</p> <p>VE:2.820/675 GT:12 GS:1 HC:118 AZ:33 PROT:28 SAL:1</p>	<p><b>18</b></p> <p>Macarrones (integrales) con salsa pomodoro Hamburguesa vegetal con ensalada de lechuga Fruta y pan integral Macaroni (whole grain) with pomodoro sauce Hamburguesa vegetal with lettuce Fruit and wholemeal bread</p> <p>VE:3.167/758 GT:16 GS:2 HC:126 AZ:26 PROT:25 SAL:1</p>	<p><b>19</b></p> <p><b>COMIDA ESPECIAL</b></p>
<p><b>22</b></p>	<p><b>23</b></p>	<p><b>24</b></p>	<p><b>25</b></p>	<p><b>26</b></p>
<p><b>29</b></p>	<p><b>30</b></p>			<p>Estos menús cumplen con el RD 315/2025 en cuanto a la información de los alérgenos disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO, MELÓN Y SANDÍA.</p>

En cumplimiento del RD 315/2025, la información sobre alérgenos presentes en cada uno de los platos está disponible en el tablón / pizarra del comedor. Contacte con su responsable en caso de duda