

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
	1	2	3	4
	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO	VACACIONES DE VERANO
7	8	9	10	11
Menestra de verduras	Paella con pollo (2,4,13,14)	Judías verdes rehogadas con cebollita	Crema de zanahoria (patata, zanahoria y cebolla)	Espaguetis <i>integrales</i> al wok (1,3,6,10) [PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO] // (SIN SALSA DE SOJA)
Limanda al horno con ensalada (4,13)	Hamburguesa de garbanzos con salsa de tomate y guarnición de ensalada (3,7,13) (SIN: GLUTEN, HUEVO, SOJA, LACTOSA/PLV Y F.SECOS)	Albóndigas de cerdo a la jardinera con arroz blanco (1,6,10,13) (SIN: GLUTEN, HUEVO, SOJA, LACTOSA/PLV Y F.SECOS)	Tortilla de york con ensalada de lechuga y maíz (3,13)	Merluza con patatas y verduras al horno (4,13)
Manzana y leche (7) Cal 657 Prot 33 HC 56 Gr 33	Plátano y leche (7) Cal 733 Prot 34 HC 66 Gr 37	Naranja y leche (7) Cal 653 Prot 36 HC 53 Gr 33	Yogurt (7) Cal 634 Prot 34 HC 50 Gr 33	Mandarina y leche (7) Cal 559 Prot 29 HC 52 Gr 26
14	15	16	17	18
FESTIVO LOCAL	Gazpacho (13) [SIN PAN]	Ensalada de garbanzos (2,3,4,13)	Macarrones <i>integrales</i> con tomate (1,3,6,10) (SIN QUESO) // [PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO]	Ensaladilla rusa (3,4,13)
	Merluza al horno en cama de patata y verdura (4,13)	Tortilla francesa con ensalada mixta (3,13)	Alitas de pollo al horno con patatas [PATATAS NO FRITAS]	Salmón a la naranja con verduritas rehogadas (4,13)
	Manzana y leche (7) Cal 609 Prot 29 HC 49 Gr 33	Yogurt (7) Cal 644 Prot 35 HC 56 Gr 31	Naranja y leche (7) Cal 669 Prot 38 HC 59 Gr 31	Plátano y leche (7) Cal 634 Prot 35 HC 58 Gr 29
21	22	23	24	25
Brócoli rehogado con cebollita	Verduras salteadas	Arroz <i>integral</i> con tomate	Fideuá mixta (1,2,3,4,6,10,14) [PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO]	Crema de verduras (patata, calabacín, zanahoria y cebolla)
Tortilla de patata con lechuga, zanahoria y maíz (3,13)	Pollo al horno con arroz blanco (SIN: CURRY)	Tilapia al horno con ensalada mixta (4,13)	Hamburguesa de garbanzos con ensalada mixta (3,7,13) (SIN: GLUTEN, HUEVO, SOJA, LACTOSA/PLV Y F.SECOS)	Merluza en salsa con patatas panaderas (4)
Manzana y leche (7) Cal 653 Prot 32 HC 57 Gr 33	Plátano y leche (7) Cal 678 Prot 43 HC 60 Gr 29	Naranja y leche (7) Cal 678 Prot 28 HC 75 Gr 29	Yogurt (7) Cal 733 Prot 34 HC 66 Gr 37	Mandarina y leche (7) Cal 593 Prot 28 HC 55 Gr 29
28	29	30		
Crema de calabacín (patata, calabacín y cebolla) (SIN CHORIZO)	Coditos <i>integrales</i> con tomate (1,3,6,7,10) (SIN QUESO) // [PASTA SIN GLUTEN Y SIN HUEVO]	Paella mixta (2,4,13,14)		
Cinta de lomo a la plancha con ensalada (13)	Tortilla de atún con ensalada (3,4,13)	Judías blancas a la vinagreta (3,13)		
Mandarina y leche (7) Cal 714 Prot 37 HC 56 Gr 38	Manzana y leche (7) Cal 696 Prot 37 HC 55 Gr 36	Yogurt (7) Cal 645 Prot 36 HC 51 Gr 33		



(1) Gluten



(2) Crustáceos



(3) Huevo



(4) Pescado



(5) Cacahuetes



(6) Soja



(7) Leche



(8) F. cáscara



(9) Apio



(10) Mostaza



(11) Sésamo



(12) Altramuzes



(13) Sulfitos



(14) Moluscos

TODOS NUESTROS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE AGUA, PAN O PAN INTEGRAL (2 VECES/SEMANA).

Informamos a nuestros clientes y usuarios que SERVICIOS HOSTELEROS MARÍN dispone de la información obligatoria sobre las sustancias que causen alergias o intolerancias de sus productos según el REGLAMENTO (UE) No 1169/2011 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

Beata
Dietista.

Nº colegiada: COPTESCV-2844