

■ MENÚ BASAL MES AGOSTO 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ENSALADA MIXTA CON MEMBRILLO Y FRUTOS SECOS <i>Sulfitos, Cacahuete, Leche, Frutos de cáscara</i> CANELONES ROSINNI <i>Gluten, Huevo(T), Leche, Pescado(T), Crustáceo(T), Molusco(T), Apio(T), Soja(T), Cacahuete(T), Frutos de cáscara(T), Mostaza(T), Sésamo(T), Sulfitos(T)</i>	ENSALADA CESAR <i>Gluten, Huevo, Leche, Pescado, Mostaza</i> ARROZ NEGRO CON SALMONETE I ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Soja (all-i-oli) huevo</i>	ENSALADA PRIMAVERA <i>Sulfitos, Soja, Leche</i> FIDEUÀ CAMPELLERA CON ATÚN Y GAMBITAS <i>Pescado, Gluten, Huevo(T), Soja(T), Mostaza(T), Crustáceo, Molusco</i>	ENSALADA CON ATÚN Y PALMITOS <i>Pescado</i> ARROZ DE MONTAÑA <i>Soja, Gluten, Sulfitos</i>	CREMA DE CHAMPIÑÓN CON PASAS AL ACEITE DE HINOJO <i>Sulfitos (Pasas) Gluten(T), Cacahuete(T), F. Cáscara(T), Sulfitos</i> MUSLO DE POLLO ASADO CON PATATA ASADA <i>Sulfitos, Gluten</i>
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
OLLETA ALICANTINA CON ARROZ <i>(vaporizado) Gluten, Soja, Sulfitos</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATE ASADO <i>Huevo</i>	ENSALADA COES CON QUESO DE CABRA CARAMELIZADO Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i> ALBÓNDIGAS AL CHILINDRÓN CON PATATAS A LO POBRE <i>Sulfitos, Gluten, Soja</i>	ENSALADILLA COES CON LACÓN ALIADO <i>Sulfitos, Huevo, Pescado</i> PAPARDELLI A LA CARBONARA <i>Gluten, Huevo(T), Leche, Soja(T), Mostaza(T)</i>	CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRA LAMINADA <i>Sulfitos, F. Cáscara, Cacahuete(T)</i> HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS REVOLCONAS <i>Soja, Sulfitos</i>	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON ESCAROLA Y MANGO <i>Leche</i> ARROZ DE VERDURAS CON COLIFLOR Y GARROFÓ <i>Soja</i>
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
SOPA BULLABESA <i>Gluten, Huevo(T), Soja(T), Mostaza(T), Pescado, Crustáceo, Molusco</i> MAGRO CON MOSTAZA, MIEL Y PATATAS A LA GALLEGA <i>Soja(T), Mostaza, Sulfitos</i>	ENSALADA CAMPESINA CON LANGOSTINOS <i>Sulfitos, Crustáceo</i> ESPAGUETIS A LA BOLONESA CON QUESO <i>Gluten, Leche, Sulfitos, Huevo(T), Soja(T), Mostaza(T), Apio</i>	POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS <i>Sulfitos, Gluten, Soja</i> TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATITOS CARAMELIZADOS <i>Huevo</i>	CREMA DE CALABACÍN CON ACEITE AL TOMILLO <i>Sulfitos</i> POLLO CRUJIENTE ESTILO COES CON PIMIENTO ITALIANO <i>Gluten, F. Cáscara, Soja, sésamo(T), Leche(T), Sulfitos(Pollo) - (Pimiento)</i>	ENSALADA TROPICAL CON JAMÓN <i>Sulfitos, Leche, Soja</i> ARROZ DEL SENYORET CON ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco Huevo (All-i-oli)</i>
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ESPIRALES A LA MARINERA <i>Gluten, Huevo, Soja, Mostaza(T), Crustáceos, Pescado, Moluscos</i> CODILLO A LA CORDOBESA CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos</i>	ARROZ HUERTANO CON SETAS Y SECRETO IBÉRICO <i>Soja</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATE ASADO <i>Huevo</i>	ENSALADA DE LEGUMBRES CON BERENJENA <i>Sulfitos, Leche</i> RUSTIDERA DE POLLO <i>Sulfitos</i>	GAZPACHO MANCHEGO <i>Gluten, Soja</i> CAZÓN EN ADOBO CASERO CON BRÓCOLI AL HINOJO <i>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Gluten, Sulfitos, Soja</i>	ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos, Huevo</i> TERNERA ESTOFADA CON ARROZ AL CURRY <i>Soja, Sulfitos, Gluten</i>
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 31				
CREMA DE GUISANTES NATURAL CON ACEITE AL ROMERO <i>Sulfitos</i> ESCALOPE A LA MILANESA CON PATATAS A LO POBRE <i>Sulfitos, Gluten, Huevo, Soja(T)</i>				
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>				

Alérgenos: consulta los alérgenos indicados en **ROJO** (T= TRAZAS)

Atención nutricional: De lunes a jueves de 9:00 a 13:00 en el tlf. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coessl.es

somos cocineros.es



MENÚ VEGETARIANO MES AGOSTO 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ENSALADA MIXTA CON MEMBRILLO Y FRUTOS SECOS <i>Sulfitos, Cacahuete, Leche, Frutos de cáscara</i> MACARRONES CON VERDURA <i>Gluten, Huevo(T), Soja(T), Mostaza (T)</i>	ENSALADA CESAR <i>Gluten, Huevo, Leche, Mostaza</i> ARROZ DE VERDURA CON ALL-I-OLI <i>Soja (all-i-oli) huevo</i>	ENSALADA PRIMAVERA <i>Sulfitos, Leche</i> FIDEUÀ DE VERDURAS <i>Pescado, Gluten, Huevo(T), Soja(T), Mostaza (T), Crustáceo, Molusco</i>	ENSALADA CON QUESO Y PALMITOS <i>Pescado, Leche</i> ARROZ DE VERDURA <i>Soja</i>	CREMA DE CHAMPIÑÓN CON PASAS AL ACEITE DE HINOJO <i>Sulfitos (Pasas) Gluten (T), Cacahuete (T), F. Cáscara (T), Sulfitos</i> HAMBURGUESA DE QUINOA CON PATATA ASADA <i>Gluten, Frutos de cáscara (T), Leche (T), Huevo (T), Pescado (T), Crust. (T), Mol. (T), Soja (T), Sulfitos (T)</i>
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
OLLETA ALICANTINA CON ARROZ <i>Gluten, Soja, Sulfitos</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATE ASADO <i>Huevo</i>	ENSALADA COES CON QUESO DE CABRA CARAMELIZADO Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i> COLES DE BRUSELAS AL CHILINDRÓN CON PATATAS A LO POBRE <i>Gluten</i>	ENSALADILLA COES CON QUESO ALIADO <i>Sulfitos, Huevo, Leche</i> PAPARDELLI A LA CARBONARA <i>Gluten, Huevo(T), Leche, Soja (T), Mostaza (T)</i>	CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRA LAMINADA <i>Sulfitos, F.Cáscara, Cacahuete(T)</i> HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO ENCEBOLLADA CON PATATAS REVOLCONAS <i>Sulfitos, Huevo, Leche, Sésamo, Gluten, Soja (Hamburguesa) Sulfitos (Patatas)</i>	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON ESCAROLA Y MANGO <i>Leche</i> ARROZ DE VERDURAS CON COLIFLOR Y GARROFÓ <i>Soja</i>
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
SOPA DE VERDURA <i>Gluten, Huevo(T), Soja(T), Mostaza (T)</i> HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO CON MOSTAZA, MIEL Y PATATAS A LA GALLEGA <i>Sulfitos, Huevo, Leche, Sésamo, Gluten, Soja (Hamburguesa) Sulfitos (Patatas)</i>	ENSALADA CAMPESINA <i>Sulfitos</i> ESPAGUETIS DE VERDURA CON QUESO <i>Gluten, Leche, Sulfitos, Huevo(T), Soja(T), Mostaza (T)</i>	POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS <i>Sulfitos, Gluten, Soja</i> TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATITOS CARAMELIZADOS <i>Huevo</i>	CREMA DE CALABACÍN CON ACEITE AL TOMILLO <i>Sulfitos</i> COLIFLOR CRUJIENTE ESTILO COES CON PIMIENTO ITALIANO <i>Gluten, F. Cáscara, Soja, sésamo (T), Leche (T), Sulfitos (Coliflor) - (Pimiento)</i>	ENSALADA TROPICAL CON QUESO <i>Sulfitos, Leche</i> ARROZ DE VERDURA CON ALL-I-OLI <i>Huevo (All-i-oli)</i>
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ESPIRALES CON VERDURA <i>Gluten, Huevo, Soja, Mostaza (T)</i> HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos, Huevo, Leche, Sésamo, Gluten, Soja (Hamburguesa) Sulfitos (Patatas)</i>	ARROZ HUERTANO CON SETAS <i>Soja</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATE ASADO <i>Huevo</i>	ENSALADA DE LEGUMBRES CON BERENJENA <i>Sulfitos, Leche</i> HAMBURGUESA DE QUINOA CON PATATAS <i>Gluten, Frutos de cáscara (T), Leche (T), Huevo (T), Pescado (T), Crust. (T), Mol. (T), Soja (T), Sulfitos (T) Sulfitos (Patatas)</i>	GAZPACHO DE VERDURA <i>Gluten, Soja</i> TORTILLA FRANCESA CON BRÓCOLI AL HINOJO <i>Huevo</i>	ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos, Huevo</i> FALAFEL ESTOFADO CON ARROZ AL CURRY <i>Apio (T), Mostaza (T), Gluten</i>
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 31				
CREMA DE GUISANTES NATURAL CON ACEITE AL ROMERO <i>Sulfitos</i> HAMBURGUESA DE QUINOA CON PATATAS A LO POBRE <i>Gluten</i> <i>Frutos de cáscara (T), Leche (T), Huevo (T), Pescado (T), Crust. (T), Mol. (T), Soja (T), Sulfitos (T) Sulfitos (Patatas)</i>				
YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>				

Alérgenos: consulta los alérgenos indicados en ROJO (T= TRAZAS)

Atención nutricional: De lunes a jueves de 9:00 a 13:00 en el tñn. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coessl.es

somos cocineros.es

■ MENÚ SIN GLUTEN MES AGOSTO 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
ENSALADA MIXTA CON MEMBRILLO Y FRUTOS SECOS <i>Sulfitos, Cacahuete, Leche, Frutos de cáscara</i> MACARRONES A LA BOLOÑESA <i>Sulfitos (T)</i>	ENSALADA CESAR <i>Huevo, Leche, Pescado, Mostaza</i> ARROZ NEGRO CON SALMONETE I ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Soja (all-i-oli) huevo</i>	ENSALADA PRIMAVERA <i>Sulfitos, Soja, Leche</i> FIDEUÀ CAMPELLERA CON ATÚN Y GAMBITAS <i>Pescado, Crustáceo, Molusco</i>	ENSALADA CON ATÚN Y PALMITOS <i>Pescado</i> ARROZ DE MONTAÑA <i>Soja, Sulfitos</i>	CREMA DE CHAMPIÑÓN CON ACEITE DE HINOJO <i>Sulfitos</i> MUSLO DE POLLO ASADO CON PATATA ASADA <i>Sulfitos</i>
YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i>	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN
Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
OLLETA ALICANTINA CON ARROZ <i>Soja, Sulfitos</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATE ASADO <i>Huevo</i>	ENSALADA COES CON QUESO DE CABRA CARAMELIZADO Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i> ALBÓNDIGAS AL CHILINDRÓN CON PATATAS A LO POBRE <i>Sulfitos, Soja</i>	ENSALADILLA COES CON LACÓN ALINADO <i>Sulfitos, Huevo, Pescado</i> ESPAGUETIS A LA CARBONARA <i>Leche, Soja (T)</i>	CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRA LAMINADA <i>Sulfitos, F. Cáscara, Cacahuete(T)</i> HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATAS REVOLCONAS <i>Soja, Sulfitos</i>	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON ESCAROLA Y MANGO <i>Leche</i> ARROZ DE VERDURAS CON COLIFLOR Y GARROFÓ <i>Soja</i>
YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i>	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN
Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
SOPA BULLABESA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco</i> MAGRO CON MOSTAZA, MIEL Y PATATAS A LA GALLEGA <i>Soja(T), Mostaza, Sulfitos</i>	ENSALADA CAMPESINA CON LANGOSTINOS <i>Sulfitos, Crustáceo</i> ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA CON QUESO <i>Leche, Sulfitos, Apio</i>	POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS <i>Sulfitos, Soja</i> TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATITOS CARAMELIZADOS <i>Huevo</i>	CREMA DE CALABACÍN CON ACEITE AL TOMILLO <i>Sulfitos</i> POLLO CRUJIENTE ESTILO COES CON PIMIENTO ITALIANO <i>F. Cáscara, Soja, sésamo (T), Leche (T), Sulfitos (Pollo) - (Pimiento)</i>	ENSALADA TROPICAL CON JAMÓN <i>Sulfitos, Leche, Soja</i> ARROZ DEL SENYORET CON ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco Huevo (All-i-oli)</i>
YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i>	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN
Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
ESPIRALES A LA MARINERA <i>Crustáceos, Pescado, Moluscos</i> CODILLO A LA CORDOBESA CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos</i>	ARROZ HUERTANO CON SETAS Y SECRETO IBÉRICO <i>Soja</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATE ASADO <i>Huevo</i>	ENSALADA DE LEGUMBRES CON BERENJENA <i>Sulfitos, Leche</i> RUSTIDERA DE POLLO <i>Sulfitos</i>	GUISADO MANCHEGO <i>Sulfitos, Soja</i> CAZÓN EN ADOBO CASERO CON BRÓCOLI AL HINOJO <i>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Sulfitos, Soja</i>	ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos, Huevo</i> TERNERA ESTOFADA CON ARROZ AL CURRY <i>Soja, Sulfitos</i>
YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i>	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN
Día 31				
CREMA DE GUISANTES NATURAL CON ACEITE AL ROMERO <i>Sulfitos</i> ESCALOPE A LA MILANESA CON PATATAS A LO POBRE <i>Sulfitos, Huevo, Soja (T)</i>				
YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i>				

Alérgenos: consulta los alérgenos indicados en ROJO (T= TRAZAS)

Atención nutricional: De lunes a jueves de 9:00 a 13:00 en el tlf. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coessl.es

somoscocineros.es