

■ MENÚ BASAL MES JUNIO 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6
ENSALADA TROPICAL CON ESCAROLA Y REMOLACHA <i>Soja, Sulfitos</i>	VICHYSOISE CON BACON <i>Sulfitos, Soja (T), Leche (T)</i>	ENSALADA CESAR <i>Gluten, Huevo, Leche, Pescado, Mostaza</i>	ENSALADA HUERTANA CON ATÚN Y HUEVO DURO <i>Pescado, Huevo</i>	MENESTRA A LA NAVARRA <i>Gluten, Sulfitos</i>
ESPAGUETIS A LA MARINERA CON GAMBITAS <i>Gluten, Soja (T), Huevo (T), Mostaza (T), Pescado, Crust. (T), Mol. (T)</i>	TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTO ITALIANO <i>Huevo</i>	ARROZ DEL SENYORET CON MEJILLONES <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Soja (T)</i>	CANELONES ROSINNI <i>Gluten, Leche, Huevo(T), Soja (T), Crustáceo(T), Molusco(T), Pescado(T), Mostaza (T), Frutos de cáscara (T), Apio (T), Cacahuete (T), Sésamo (T), Sulfitos (T)</i>	ALITAS DE POLLO CON MIEL, MOSTAZA Y PATATAS PANADERA <i>Sulfitos, Mostaza</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 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13
SOPA BULLABESA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i>	ENSALADA CON CABALLA Y PALMITO <i>Pescado, Crust. (T), Mol. (T)</i>	LENTEJAS A LA CASTELLANA <i>Sulfitos, Gluten</i>	CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRAS <i>Sulfitos, F.Cáscara</i>	ENSALADA MURCIANA <i>Pescado, Huevo, Sulfitos</i>
MUSLO DE POLLO A LA NARANJA CON PATATAS A LAS FINAS HIERBAS <i>Sulfitos</i>	ARROZ CON SECRETO IBÉRICO Y SETAS <i>-</i>	TORTILLA DE CALABACÍN CON BERENJENA A LA ROMANA <i>Huevo</i> <i>Gluten, Huevo (Berenjena)</i>	ESCALOPE A LA MILANESA CON ZARANGOLLO <i>Gluten, Huevo, Leche (T), Soja (T) (Escalope)</i> <i>Sulfitos (Zarangollo)</i>	PAPARDELLI A LA CARBONARA <i>Gluten, Huevo(T), Leche, Soja (T), Mostaza (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 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20
HERVIDO VALENCIANO <i>Sulfitos</i>	ARROZ NEGRO CON CALAMAR Y ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco</i> <i>Huevo (All-i-oli)</i>	CREMA DE CANGREJO <i>Sulfitos, Crust. Mol.</i>	SOPA DE AJO <i>Apio, Gluten, Huevo, Soja (T), Mostaza (T)</i>	ENSALADA GRIEGA CON BERENJENA <i>Sulfitos, Leche</i>
CARRILLADA AL OPORTO CON SETAS AL AJILLO <i>Sulfitos, Gluten</i>	TORTILLA DE PATATA CON TOMATITOS CARAMELIZADOS <i>Huevo</i>	HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y PATATAS A LA BRAVA <i>Sulfitos</i>	CAZÓN EN ADOBO CASERO CON PISTO MANCHEGO <i>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Gluten, Sulfitos</i>	LASAÑA A LA BOLOÑESA <i>Gluten, Huevo(T), Soja, Mostaza (T), Leche, Sulfitos</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 23	Día 24	Día 25	Día 26	Día 27
NO SERVICIO FESTIVO <i>FOGUERES DE SANT JOAN</i>	NO SERVICIO FESTIVO <i>FOGUERES DE SANT JOAN</i>	ARROZ A BANDA CON SALMONETE Y ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Huevo (All-i-oli)</i>	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON QUESO Y MEMBRILLO <i>Sulfitos, Leche</i>	ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos, Gluten</i>
		ALBÓNDIGAS EN PEPITORIA CON PATATAS ASADAS <i>Gluten, Soja, Huevo, Sulfitos</i>	GAZPACHO MANCHEGO <i>Gluten</i>	RAGOUT DE TERNERA CON TALLARINES A LAS FINAS HIERBAS <i>Gluten</i> <i>Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T) (Tallarines)</i>
		FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 30				
ESPINACAS A LA CREMA CON QUESO RALLADO <i>Gluten, Leche</i>				
TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE PROVENZAL <i>Huevo, Gluten</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

somoscocineros.es



■ MENÚ VEGETARIANO MES JUNIO 2025

Lunes Día 2	Martes Día 3	Miércoles Día 4	Jueves Día 5	Viernes Día 6
ENSALADA TROPICAL CON ESCAROLA Y REMOLACHA <i>Soja, Sulfitos</i> ESPAGUETIS CON VERDURAS <i>Gluten, Soja (T), Huevo (T), Mostaza (T)</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	VICHYSSEOISE CON QUESO <i>Sulfitos, Soja (T), Leche (T)</i> TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTO ITALIANO <i>Huevo</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CESAR <i>Gluten, Huevo, Leche, Mostaza</i> ARROZ DE VERDURAS <i>Soja (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA HUERTANA CON QUESO Y HUEVO DURO <i>Huevo</i> MACARRONES CON PISTO SUAVE <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	MENESTRA A LA NAVARRA <i>Gluten, Sulfitos</i> HAMBURGUESA DE QUINOA CON MIEL, MOSTAZA Y PATATAS PANADERA <i>Sulfitos, Crust. (T), Mol. (T), Gluten, Huevo (T), Pescado (T), Sulfitos (T), Soja (T), Leche (T), F. Cáscara (T), Mostaza</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13
SOPA BULLABESA <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i> HUEVOS REVUELTOS CON TOMATE Y PATATAS A LAS FINAS HIERBAS <i>Huevo, Sulfitos</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	ENSALADA CON QUESO Y PALMITO <i>Leche, -</i> ARROZ DE VERDURAS <i>-</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	LENTEJAS HUERTANAS <i>Sulfitos, Gluten</i> TORTILLA DE CALABACÍN CON BERENJENA A LA ROMANA <i>Huevo // Gluten, huevo (Berenjena)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRAS <i>Sulfitos, F.Cáscara</i> HAMBURGUESA VEGETAL CON ZARANGOLLO <i>Gluten, Huevo, Leche, Sésamo (Hamburguesa) // Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA MURCIANA <i>Huevo, Sulfitos</i> PAPARDELLI A LA CARBONARA <i>Gluten, Huevo(T), Leche, Soja (T), Mostaza (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20
HERVIDO VALENCIANO <i>Sulfitos</i> HAMBURGUESA DE QUINOA CON SETAS AL AJILLO <i>Sulfitos, Crust. (T), Mol. (T), Gluten, Huevo (T), Pescado (T), Sulfitos (T), Soja (T), Leche (T), F. Cáscara (T), Mostaza</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	ARROZ DE VERDURAS CON ALL-I-OLI <i>Huevo (All-i-oli)</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATITOS CARAMELIZADOS <i>Huevo</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	CREMA DE VERDURAS <i>Sulfitos</i> HAMBURGUESA VEGETAL A LA PLANCHA CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y PATATAS A LA BRAVA <i>Gluten, Huevo, Leche, Sésamo (Hamburguesa) // Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	SOPA DE AJO <i>Apio, Gluten, Huevo, Soja (T), Mostaza (T)</i> ALCACHOFAS EN ADOBO CASERO CON PISTO MANCHEGO <i>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Gluten, Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA GRIEGA CON BERENJENA <i>Sulfitos, Leche</i> LASAÑA DE VERDURAS <i>Gluten, Huevo, Leche, Apio, Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 23	Día 24	Día 25	Día 26	Día 27
NO SERVICIO FESTIVO FOGUERES DE SANT JOAN	NO SERVICIO FESTIVO FOGUERES DE SANT JOAN	ARROZ DE VERDURAS CON ALL-I-OLI <i>Huevo (All-i-oli)</i> COLES DE BRUSELAS EN PEPITORIA CON PATATAS ASADAS <i>Gluten, Huevo, Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA MEDITERRANEA CON QUESO Y MEMBRILLO <i>Sulfitos, Leche</i> GAZPACHO DE VERDURAS <i>Gluten</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos, Gluten</i> HAMBURGUESA VEGETAL CON TALLARINES A LAS FINAS HIERBAS <i>Gluten, Huevo, Leche, Sésamo (Hamburguesa) // Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T) (Tallarines)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 30				
ESPINACAS A LA CREMA CON QUESO RALLADO <i>Gluten, Leche</i> TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE PROVENZAL <i>Huevo, Gluten</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 tfn. 965 10 06 48 o las 24 horas en nutricionista@coessl.es

somoscocineros.es

■ MENÚ SIN GLUTEN MES JUNIO 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6
ENSALADA TROPICAL CON ESCAROLA Y REMOLACHA <i>Soja, Sulfitos</i>	VICHYSSEOISE CON BACON <i>Sulfitos, Soja (T), Leche (T)</i>	ENSALADA CESAR <i>Huevo, Leche, Pescado, Mostaza</i>	ENSALADA HUERTANA CON ATÚN Y HUEVO DURO <i>Pescado, Huevo</i>	MENESTRA A LA NAVARRA <i>Sulfitos</i>
ESPAGUETIS A LA MARINERA CON GAMBITAS <i>Pescado, Crust. (T), Mol. (T)</i>	TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTO ITALIANO <i>Huevo</i>	ARROZ DEL SENYORET CON MEJILLONES <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Soja (T)</i>	MACARRONES ROSINNI <i>Apio, Sulfitos</i>	ALITAS DE POLLO CON MIEL, MOSTAZA Y PATATAS PANADERA <i>Sulfitos, Mostaza</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 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13
SOPA BULLABESA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco</i>	ENSALADA CON CABALLA Y PALMITO <i>Pescado, Crust. (T), Mol. (T)</i>	LENTEJAS A LA CASTELLANA <i>Sulfitos</i>	CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRAS <i>Sulfitos, F.Cáscara</i>	ENSALADA MURCIANA <i>Pescado, Huevo, Sulfitos</i>
MUSLO DE POLLO A LA NARANJA CON PATATAS A LAS FINAS HIERBAS <i>Sulfitos</i>	ARROZ CON SECRETO IBÉRICO Y SETAS <i>-</i>	TORTILLA DE CALABACÍN CON BERENJENA A LA ROMANA <i>Huevo Huevo (Berenjena)</i>	ESCALOPE A LA MILANESA CON ZARANGOLLO <i>Huevo, Leche (T), Soja (T) (Escalope) Sulfitos (Zarangollo)</i>	ESPIRALES A LA CARBONARA <i>Leche</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 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20
HERVIDO VALENCIANO <i>Sulfitos</i>	ARROZ NEGRO CON CALAMAR Y ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco Huevo (All-i-oli)</i>	CREMA DE CANGREJO <i>Sulfitos, Crust. Mol.</i>	SOPA DE AJO <i>Apio</i>	ENSALADA GRIEGA CON BERENJENA <i>Sulfitos, Leche</i>
CARRILLADA AL OPORTO CON SETAS AL AJILLO <i>Sulfitos</i>	TORTILLA DE PATATA CON TOMATITOS CARAMELIZADOS <i>Huevo</i>	HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y PATATAS A LA BRAVA <i>Sulfitos</i>	CAZÓN EN ADOBO CASERO CON PISTO MANCHEGO <i>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Sulfitos</i>	MACARRONES A LA BOLOÑESA <i>Leche (T)</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 23	Día 24	Día 25	Día 26	Día 27
NO SERVICIO FESTIVO <i>FOGUERES DE SANT JOAN</i>	NO SERVICIO FESTIVO <i>FOGUERES DE SANT JOAN</i>	ARROZ A BANDA CON SALMONETE Y ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Huevo (All-i-oli)</i>	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON QUESO Y MEMBRILLO <i>Sulfitos, Leche</i>	ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos</i>
		ALBÓNDIGAS EN PEPITORIA CON PATATAS ASADAS <i>Soja, Huevo, Sulfitos</i>	ARROZ DE CARNE Y VERDURA <i>Soja (T)</i>	RAGOUT DE TERNERA CON ESPAGUETIS A LAS FINAS HIERBAS <i>-</i>
		FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN	FRUTA/PAN s/GLUTEN
Día 30				
ESPINACAS A LA CREMA CON QUESO RALLADO <i>Leche</i>				
TORTILLA DE CALABACÍN CON TOMATE PROVENZAL <i>Huevo</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

