

■ MENÚ BASAL MES JUNIO 2026

Lunes Día 1	Martes Día 2	Miércoles Día 3	Jueves Día 4	Viernes Día 5
ENSALADA TROPICAL CON PAVO, ESCAROLA Y REMOLACHA <i>Soja, Sulfitos</i> ESPAQUETIS A LA MARINERA CON GAMBITAS Y MEJILLONES <i>Gluten, Soja (T), Huevo (T), Mostaza (T), Pescado, Crust. (T), Mol. (T)</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	VICHYSSEOISE CON BACON <i>Sulfitos, Soja (T), Leche (T)</i> ALBÓNDIGAS EN PEPITORIA CON PATATA ASADA <i>Gluten, Soja, Huevo, Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CESAR <i>Gluten, Huevo, Leche, Pescado, Mostaza</i> ARROZ DEL SEÑORET CON MEJILLONES <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Soja (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CAMPESTRE CON SALMÓN AHUMADO, NUECES CARAMELIZADAS Y PEPINILLOS <i>Pescado, Crust. (T), Mol. (T), F. Cáscara, Sulfitos</i> LASAÑA A LA BOLONESA CON TERNERA <i>Gluten, Huevo (T), Soja, Mostaza (T), Leche, Sulfitos, Apio</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON QUESO MANCHEGO Y MEMBRILLO <i>Sulfitos, Leche</i> GAZPACHO MANCHEGO <i>Gluten, Soja (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 8	Día 9	Día 10	Día 11	Día 12
LENTEJAS A LA CASTELLANA <i>Sulfitos, Gluten, Soja</i> TORTILLA DE CALABACÍN CON BERENJENA A LA ROMANA <i>Huevo, Gluten, Huevo (Berenjena)</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRAS <i>Sulfitos, F. Cáscara</i> ESCALOPE A LA MILANESA CON ZARANGOLLO <i>Gluten, Huevo, Leche (T), Soja (T) (Escalope), Sulfitos (Zarangollo)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	SOPA BULLABESA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T)</i> MUSLO DE POLLO A LA NARANJA CON PATATAS A LAS FINAS HIERBAS <i>Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CON RUCULA, AGUACATE Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i> ARROZ CON SECRETO IBÉRICO Y SETAS <i>Soja</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CON CABALLA Y PALMITO <i>Pescado, Crust. (T), Mol. (T)</i> PAPARDELLI A LA CARBONARA <i>Gluten, Huevo (T), Leche, Soja (T), Mostaza (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 15	Día 16	Día 17	Día 18	Día 19
ENSALADA COES CON QUESO DE CABRA CARAMELIZADO Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i> CODILLO AL OPORTO CON SETAS Y NOODLES AL AJILLO <i>Sulfitos, Gluten (Codillo), Gluten, Soja (T), Mostaza (T), Huevo (T) (Noodles)</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	ARROZ NEGRO CON CALAMAR Y ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Huevo (All-i-oli)</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATITOS CARAMELIZADOS <i>Huevo</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	CREMA DE CHAMPIÑÓN CON PASAS AL ACEITE DE HINOJO <i>Sulfitos (Pasas), Gluten (T), Cacahuete (T), F. Cáscara (T), Sulfitos</i> HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y PATATAS A LA BRAVA <i>Sulfitos, Soja</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	PENNE RIGATTE A LA BOLONESA CON QUESO A LAS FINAS HIERBAS <i>Gluten, Soja (T), Mostaza (T), Huevo (T), Leche, Apio, Sulfitos</i> CAZÓN EN ADOBO CASERO CON BRÓCOLI AL ENELDO <i>Pescado, Crustáceo (T), Molusco (T), Gluten, Sulfitos, Soja</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	CERRADO
Día 22	Día 23	Día 24	Día 25	Día 26
CERRADO	CERRADO	FESTIVO	ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos, Huevo, Pescado, Soja</i> RAGOUT DE TERNERA CON TALLARINES A LAS FINAS HIERBAS <i>Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T) (Tallarines)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FIDEUÁ CAMPELLERA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T)</i> LOMO A LA PLANCHA CON AJITOS Y PATATAS PANADERA <i>Soja (T), Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 29	Día 30			
ENSALADA ITALIANA CON CANGREJO Y LANGOSTINOS <i>Gluten, Soja (T), Mostaza (T), Huevo (T) (Pasta), Pescado, Huevo, Gluten, Crust. (T), Mol. (T), Soja (T) (Cangrejo)</i> (ESPIRALES y ac. negra) COSTILLA IBÉRICA A LA BARBACOA CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	ENSALADILLA COES CON LACÓN A LA GALLEGA <i>Crust. (T), Leche (T), F. Cáscara (T), Mostaza (T), Huevo, Pescado, Soja, Sulfitos</i> POLLO CRUJIENTE ESTILO COES CON PIMIENTO ITALIANO <i>Gluten, F. Cáscara, Soja, sésamo (T), Leche (T), Sulfitos (Pollo) - (Pimiento)</i> FRUTA/PAN <i>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



MENÚ VEGETARIANO MES JUNIO 2026

Lunes Día 1	Martes Día 2	Miércoles Día 3	Jueves Día 4	Viernes Día 5
ENSALADA TROPICAL CON HUEVO, ESCAROLA Y REMOLACHA <i>Huevo, Sulfitos</i> ESPAQUETIS CON VERDURA <i>Gluten, Soja (T), Huevo (T), Mostaza (T)</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	VICHYSOISE <i>Sulfitos, Leche (T)</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> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CESAR <i>Gluten, Huevo, Leche, Mostaza</i> ARROZ DE VERDURA <i>Soja (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CAMPESTRE CON QUESO, NUECES CARAMELIZADAS Y PEPINILLOS <i>Pescado, Crust., Mol., F. Cáscara, Sulfitos, Leche</i> LASAÑA DE VERDURA <i>Gluten, Huevo(T), Soja, Mostaza (T), Leche</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA MEDITERRÁNEA CON QUESO MANCHEGO Y MEMBRILLO <i>Sulfitos, Leche</i> GAZPACHO DE VERDURA <i>Soja (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 8	Día 9	Día 10	Día 11	Día 12
LENTEJAS HUERTANAS <i>Sulfitos, Gluten, Soja</i> TORTILLA DE CALABACÍN CON BERNENA A LA ROMANA <i>Huevo, Gluten, Huevo (Berenjena)</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRAS <i>Sulfitos, F. Cáscara</i> HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO ENCIBOLADA CON ZARANGOLLO <i>Sulfitos, Huevo, Leche, Sésamo, Gluten, Soja (Hamburguesa), Sulfitos (Zarangollo)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	SOPA DE VERDURA <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i> HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS A LAS FINAS HIERBAS <i>Huevo, Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CON RUCULA, AGUACATE Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i> ARROZ DE VERDURA <i>Soja</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CON QUESO Y PALMITO <i>Sulfitos, Leche</i> PAPARDELLI A LA CARBONARA <i>Gluten, Huevo(T), Leche, Soja (T), Mostaza (T)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 15	Día 16	Día 17	Día 18	Día 19
ENSALADA COES CON QUESO DE CABRA CARAMELIZADO Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i> HAMBURGUESA DE QUINOA CON SETAS Y NOODLES AL AJILLO <i>Gluten, Frutos de cáscara (T), Leche (T), Huevo (T), Pescado (T), Crust. (T), Mol. (T), Soja (T), Sulfitos (T) (Hamburguesa), Gluten, Soja (T), Mostaza (T), Huevo (T) (Noodles)</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	ARROZ DE VERDURA Y ALL-I- <i>Soja, Huevo (All-i-oli)</i> TORTILLA DE PATATA CON TOMATITOS CARAMELIZADOS <i>Huevo</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	CREMA DE CHAMPIÑÓN CON PASAS AL ACEITE DE HINOJO <i>Sulfitos (Pasas), Gluten (T), Cacahuete (T), F. Cáscara (T), Sulfitos</i> HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y PATATAS A LA BRAVA <i>Sulfitos, Huevo, Leche, Sésamo, Gluten, Soja (Hamburguesa), Sulfitos (Patatas)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	PENNE RIGATTE CON VERDURA Y QUESO A LAS FINAS HIERBAS <i>Gluten, Soja (T), Mostaza (T), Huevo (T), Leche</i> HUEVOS REVUELTOS CON BRÓCOLI AL ENELDO <i>Huevo</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	<h2 style="text-align: center;">CERRADO</h2> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 22	Día 23	Día 24	Día 25	Día 26
<h2 style="text-align: center;">CERRADO</h2> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	<h2 style="text-align: center;">CERRADO</h2> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	<h2 style="text-align: center;">FESTIVO</h2> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos, Huevo, Soja</i> HAMBURGUESA DE QUINOA CON TALLARINES A LAS FINAS HIERBAS <i>Gluten, Frutos de cáscara (T), Leche (T), Huevo (T), Pescado (T), Crust. (T), Mol. (T), Soja (T), Sulfitos (T) (Hamburguesa), Gluten, Huevo (T), Soja (T), Mostaza (T) (Tallarines)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>	FIDEUÀ DE VERDURA <i>Gluten, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i> TORTILLA FRANCESA CON AJITOS Y PATATAS PANADERA <i>Huevo, Sulfitos</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>
Día 29	Día 30			
ENSALADA ITALIANA CON HUEVO Y QUESO <i>Gluten, Soja (T), Mostaza (T), Huevo, Leche</i> HAMBURGUESA DE COLIFLOR Y QUESO CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos, Huevo, Leche, Sésamo, Gluten, Soja (Hamburguesa), Sulfitos</i> YOGUR/PAN <i>Leche / Gluten</i>	ENSALADILLA COES CON QUESO A LA GALLEGA <i>Crust. (T), Leche, F. Cáscara (T), Mostaza (T), Huevo, Soja, Sulfitos</i> COLIFLOR CRUJIENTE ESTILO COES CON PIMIENTO ITALIANO <i>Gluten, F. Cáscara, Soja, sésamo (T), Leche (T), Sulfitos (Coliflor) - (Pimiento)</i> FRUTA/PAN <i>Gluten</i>			

somos cocineros.es

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

■ MENÚ SIN GLUTEN MES JUNIO 2026

Lunes Día 1	Martes Día 2	Miércoles Día 3	Jueves Día 4	Viernes Día 5
<p>ENSALADA TROPICAL CON PAVO, ESCAROLA Y REMOLACHA <i>Soja, Sulfitos</i></p> <p>ESPAGUETIS A LA MARINERA CON GAMBITAS Y MEJILLONES <i>Pescado, Crust. (T), Mol. (T)</i></p> <p>YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i></p>	<p>VICHYSSEOISE CON BACON <i>Sulfitos, Soja (T), Leche (T)</i></p> <p>ALBÓNDIGAS EN PEPITORIA CON PATATA ASADA <i>Soja, Huevo, Sulfitos</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>ENSALADA CESAR <i>Huevo, Leche, Pescado, Mostaza</i></p> <p>ARROZ DEL SENYORET CON MEJILLONES <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Soja (T)</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>ENSALADA CAMPESTRE CON SALMÓN AHUMADO, NUECES CAMELIZADAS Y PEPINILLOS <i>Pescado, Crust. (T), Mol. (T), F. Cáscara, Sulfitos</i></p> <p>MACARRONES A LA BOLONESA CON TERNERA <i>Leche, Sulfitos, Apio</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>ENSALADA MEDITERRÁNEA CON QUESO MANCHEGO Y MEMBRILLO <i>Sulfitos, Leche</i></p> <p>ARROZ DE VERDURA <i>Soja</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>
Día 8	Día 9	Día 10	Día 11	Día 12
<p>LENTEJAS A LA CASTELLANA <i>Sulfitos, Soja</i></p> <p>TORTILLA DE CALABACÍN CON BERENJENA A LA ROMANA <i>Huevo (Berenjena)</i></p> <p>YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i></p>	<p>CREMA DE CALABAZA NATURAL CON ALMENDRAS <i>Sulfitos, F. Cáscara</i></p> <p>ESCALOPE A LA MILANESA CON ZARANGOLLO <i>Huevo, Leche (T), Soja (T) (Escalope)</i> <i>Sulfitos (Zarangollo)</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>SOPA BULLABESA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Huevo(T), Soja (T), Mostaza (T)</i></p> <p>MUSLO DE POLLO A LA NARANJA CON PATATAS A LAS FINAS HIERBAS <i>Sulfitos</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>ENSALADA CON RUCULA, AGUACATE Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i></p> <p>ARROZ CON SECRETO IBÉRICO Y SETAS <i>Soja</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>ENSALADA CON CABALLA Y PALMITO <i>Pescado, Crust. (T), Mol. (T)</i></p> <p>ESPIRALES A LA CARBONARA <i>Leche, Soja (T)</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>
Día 15	Día 16	Día 17	Día 18	Día 19
<p>ENSALADA COES CON QUESO DE CABRA CAMELIZADO Y FRUTOS SECOS <i>Leche, F. Cáscara</i></p> <p>CODILLO AL OPORTO CON SETAS Y ESPAGUETIS AL AJILLO <i>Sulfitos (Codillo)</i></p> <p>YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i></p>	<p>ARROZ NEGRO CON CALAMAR Y ALL-I-OLI <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Huevo (All-i-oli)</i></p> <p>TORTILLA DE PATATA CON TOMATITOS CAMELIZADOS <i>Huevo</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>CREMA DE CHAMPIÑÓN AL ACEITE DE HINOJO <i>Sulfitos</i></p> <p>HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON CEBOLLA CAMELIZADA Y PATATAS A LA BRAVA <i>Sulfitos, Soja</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>MACARRONES A LA BOLONESA CON QUESO A LAS FINAS HIERBAS <i>Soja (T), Leche, Apio, Sulfitos</i></p> <p>CAZÓN EN ADOBO CASERO CON BRÓCOLI AL ENELDO <i>Pescado, Crustáceo(T), Molusco(T), Sulfitos, Soja</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<h2>CERRADO</h2>
Día 22	Día 23	Día 24	Día 25	Día 26
<h2>CERRADO</h2>	<h2>CERRADO</h2>	<h2>FESTIVO</h2>	<p>ENSALADA CAMPERA <i>Sulfitos, Huevo, Pescado, Soja</i></p> <p>RAGOUT DE TERNERA CON ESPAGUETIS A LAS FINAS HIERBAS <i>Soja (T)</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>	<p>FIDEUÀ CAMPELLERA <i>Pescado, Crustáceo, Molusco, Soja (T)</i></p> <p>LOMO A LA PLANCHA CON AJITOS Y PATATAS PANADERA <i>Soja (T), Sulfitos</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>
Día 29	Día 30			
<p>ENSALADA ITALIANA CON LANGOSTINOS <i>Sulfitos</i></p> <p>COSTILLA IBÉRICA A LA BARBACOA CON PATATAS DELUXE <i>Sulfitos</i></p> <p>YOGUR/PAN s/GLUTEN <i>Leche</i></p>	<p>ENSALADILLA COES CON LACÓN A LA GALLEGA <i>Crust. (T), Leche (T), F. Cáscara (T), Mostaza (T), Huevo, Pescado, Soja, Sulfitos</i></p> <p>POLLO CRUJIENTE ESTILO COES CON PIMIENTO ITALIANO <i>F. Cáscara, Soja, sésamo (T), Leche (T), Sulfitos (Pollo) - (Pimiento)</i></p> <p>FRUTA/PAN s/GLUTEN</p>			

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