

# MAYO

## MENÚ sin LACTOSA

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

2

**FESTIVO**

3

Paella  
Nuggets de pollo  
Ensalada variada  
**Postre Vegetal**  
Kcal 541 HC 40 Prot 25 Lip 16

4

Macarrones con tomate  
Merluza al horno  
Zanahoria cubo  
Fruta  
Kcal 624 HC 65 Prot 38 Lip 23

5

Lentejas guisadas a la hortelana  
Tortilla de patata  
Ensalada de Tomate y maíz  
Fruta  
Kcal 640 HC 56 Prot 13 Lip 19

6

Judías verdes con tomate  
Filete de Pavo a la naranja  
Patata dado  
Fruta  
Kcal 592 HC 78 Prot 29 Lip 17

9

Crema de zanahoria  
Albóndigas caseras  
Patatas fritas  
Helado  
Kcal 699 HC 66 Prot 29 Lip 35

10

Alubias blancas de la abuela  
Filete de pollo al ajillo  
Salteado de verduras  
Fruta  
Kcal 765 HC 56 Prot 53 Lip 33

11

Tallarines con tomate  
Lenguadina a la andaluza  
Ensalada mixta  
Fruta  
Kcal 550 HC 65 Prot 24 Lip 16

12

Ensalada campera  
Lomo a la plancha  
Calabacín plancha  
Fruta  
Kcal 723 HC 83 Prot 30 Lip 24

**CELEBRAMOS  
SAN ISIDRO  
COCIDO MADRILEÑO**



16

Judías Verdes rehogada  
Tortilla española  
Ensalada de pasta  
Fruta  
Kcal 638 HC 55 Prot 31 Lip 29

17

Arroz con tomate  
Hamburguesa de ternera a la plancha  
Ensalada  
Fruta  
Kcal 556 HC 62 Prot 14 Lip 27

18

Crema de guisantes  
Palometa a la riojana  
Patata cubo  
Fruta  
Kcal 615 HC 66 Prot 22 Lip 29

19

Ensaladilla Rusa  
Filete de Pollo al ajillo  
Calabacín plancha  
**Postre Vegetal**  
Kcal 765 HC 56 Prot 53 Lip 33

20

Pasta boloñesa  
Merluza al horno  
Ensalada mixta  
Fruta  
Kcal 765 HC 56 Prot 53 Lip 33

23

Lentejas con verduras  
Filete de merluza con salsa de tomate  
con patatas fritas  
Fruta  
Kcal 592 HC 78 Prot 28 Lip 17

25

Crema de acelgas  
Albóndigas de ternera a la jardinera  
**Postre Vegetal**  
Kcal 765 HC 56 Prot 53 Lip 33

25

Paella de verdura  
Margo con tomate  
Con zanahorias salteadas  
Fruta  
Kcal 568 HC 46 Prot 35 Lip 25

26

Fusilli al horno  
Medallones de abadejo con ensalada de tomate y maíz  
Fruta  
Kcal 638 HC 55 Prot 31 Lip 29

**Día SIN GLUTEN**

Sopa de arroz  
Escalope de pollo  
sin gluten  
Ensalada  
Fruta  
Kcal 592 HC 78 Prot 28 Lip 17

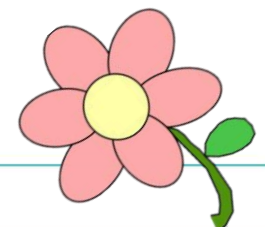


30

**FESTIVO**

31

Galets al pomodoro  
Filete de merluza rebozado  
Ensalada variada  
Gelatina  
Kcal 555 HC 80 Prot 31 Lip 12



\*TODOS LOS PLATOS ESTÁN ELABORADOS CON PRODUCTOS SIN LACTOSA