

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



JUNIO 2024

<p>Coditos a la boloñesa Tortilla de atún con croquetas Fruta de temporada</p> <p>3</p> <p>1-3-4-5-7-8</p>	<p>Alubias con verduras Filete de bacalao con ensalada mixta Yogur</p> <p>4</p> <p>1-4-5-7</p>	<p>Judías verdes rehogadas Pechuga de pavo a la plancha con patatas cuadro Fruta de temporada y leche</p> <p>5</p> <p>5-8</p>	<p>Fideuá mixta Filete ruso con ensalada mixta Fruta en almíbar</p> <p>6</p> <p>1-2-4-6-7</p>	<p>Puré de verduras con picatostes Ragout de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>7</p> <p>1</p>
<p>Macarrones con tomate y chorizo Ventresca de merluza a la gallega Fruta de temporada</p> <p>10</p> <p>1-4-7</p>	<p>Lentejas a la hortelana Chuleta de sajonia con patatas Yogur</p> <p>11</p> <p>1-5-8</p>	<p>Arroz tres delicias Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y leche</p> <p>12</p> <p>1-3-5-8</p>	<p>Sopa de ave con fideos Tortilla de pavo con champiñones Gelatina</p> <p>13</p> <p>1-4</p>	<p>Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>14</p> <p>1</p>
<p>Espaguetis con beicon Huevos villaroy con salteado de verduras Fruta de temporada</p> <p>17</p> <p>1-2-4-5-6-7-11-12</p>	<p>Crema de verduras frescas Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada Yogur</p> <p>18</p> <p>5</p>	<p>Garbanzos con verduras Merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y leche</p> <p>19</p> <p>1-4-5-7</p>	<p>Patatas a la riojana Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada</p> <p>20</p> <p>1</p>	<p>Arroz con tomate Hamburguesa de ternera con patatas dado Helado</p> <p>21</p> <p>1-5-8</p>

- 1 CONTIENE GLUTEN
- 2 CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS
- 3 HUEVOS Y LÁCTEOS
- 4 NUEVES
- 5 LÁCTEOS
- 6 MOLUSCOS
- 7 PESCADO
- 8 SOJA
- 9 SESAMO
- 10 CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS
- 11 CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS
- 12 MOSTAZA
- 13 SESAMO
- 14 NUEVES



Sugerencias para la cena



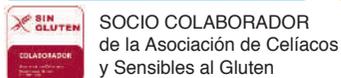
Si Hemos comido.. → Podemos cenar..	
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

Sugerencias para el desayuno

Lácteo Leche, yogurt, queso, cuajada, requesón	Cereal Pan, cereales y galletas	Fruta Fruta entera, zumo de frutas, tomate, zumo zanahoria	Otros Aceite de oliva: 2 veces en semana Mermelada y/o miel: 2 veces por semana Bollería: 1 vez por semana
--	---	--	--

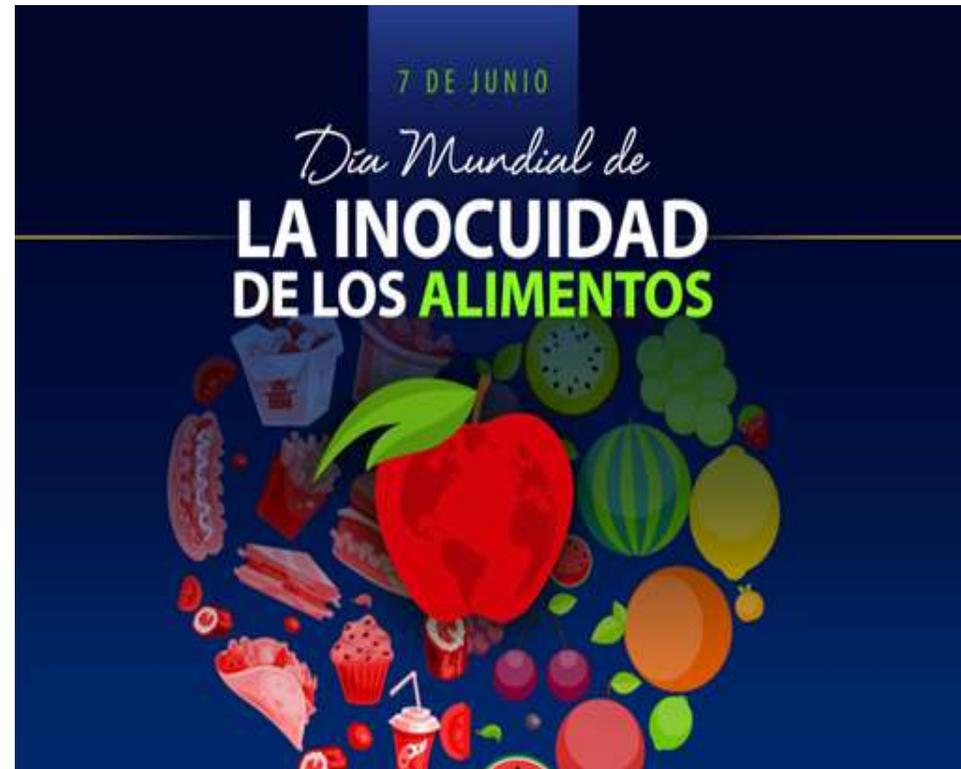
Sugerencias para merendar

Lacteo y/o fruta Yogurt, leche, queso, etc. Fruta entera o zumo	Cereales Pan, galletas, cereales, etc.	Otros Embutidos variados, fiambre de magro, etc
--	--	---



La información sobre posibles ingredientes susceptibles de causar alergia/intolerancia, según R(CE) 1169/2011, estará a su disposición en la administración y página web del centro y bajo la supervisión de la coordinadora del comedor.

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Sistemas Integrales de Calidad.
Para cualquier duda o sugerencia, póngase en contacto con nosotros.
R.S.I. N.º: 26.00007348/M



JUNIO



Los Yébenes, 91 posterior • 28047 MADRID
Tel./Fax: 91 509 86 32
goeatsl@hotmail.com
www.goeat.es

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



JUNIO 2024

<p>Coditos a la boloñesa Tortilla de atún con ensalada Fruta de temporada</p> <p>3</p> <p>3-4-5-7-8</p>	<p>Alubias con verduras Filete de bacalao con ensalada mixta Yogur</p> <p>4</p> <p>4-5-7</p>	<p>Judías verdes rehogadas Pechuga de pavo a la plancha con patatas cuadro Fruta de temporada y leche</p> <p>5</p> <p>5-8</p>	<p>Fideuá mixta Filete ruso con ensalada mixta Fruta en almíbar</p> <p>6</p> <p>2-4-6-7</p>	<p>Puré de verduras Ragout de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>7</p>
<p>Macarrones con tomate y chorizo Ventresca de merluza a la gallega Fruta de temporada</p> <p>10</p> <p>4-7</p>	<p>Lentejas a la hortelana Chuleta de sajonia con patatas Yogur</p> <p>11</p> <p>5-8</p>	<p>Arroz tres delicias Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y leche</p> <p>12</p> <p>3-5-8</p>	<p>Sopa de ave con fideos Tortilla de pavo con champiñones Gelatina</p> <p>13</p> <p>4</p>	<p>Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>14</p>
<p>Espaguetis con beicon Tortilla con salteado de verduras Fruta de temporada</p> <p>17</p> <p>4</p>	<p>Crema de verduras frescas Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada Yogur</p> <p>18</p> <p>5</p>	<p>Garbanzos con verduras Merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y leche</p> <p>19</p> <p>4-5-7</p>	<p>Patatas a la riojana Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada</p> <p>20</p>	<p>Arroz con tomate Hamburguesa de ternera con patatas dado Helado</p> <p>21</p> <p>5-8</p>

MENÚ SIN GLUTEN

(TODOS LOS PRODUCTOS UTILIZADOS PARA LA ELABORACIÓN DE ESTE MENÚ SON SIN GLUTEN)



- 1 CONTIENE GLUTEN
- 2 CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS
- 3 HUEVO Y DERIVADOS
- 4 NUEZ Y DERIVADOS
- 5 LÁCTEOS
- 6 SOJA
- 7 PESCADO
- 8 SOJA Y DERIVADOS
- 9 SEMILLA DE SESAMO
- 10 SEMILLA DE SESAMO
- 11 SEMILLA DE SESAMO
- 12 SEMILLA DE SESAMO
- 13 SEMILLA DE SESAMO
- 14 SEMILLA DE SESAMO

Sugerencias para la cena



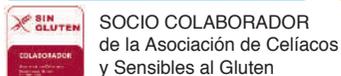
Si Hemos comido.. → Podemos cenar..	
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

Sugerencias para el desayuno

Lácteo Leche, yogurt, queso, cuajada, requesón	Cereal Pan, cereales y galletas	Fruta Fruta entera, zumo de frutas, tomate, zumo zanahoria	Otros Aceite de oliva: 2 veces en semana Mermelada y/o miel: 2 veces por semana Bollería: 1 vez por semana
--	---	--	--

Sugerencias para merendar

Lacteo y/o fruta Yogurt, leche, queso, etc. Fruta entera o zumo	Cereales Pan, galletas, cereales, etc.	Otros Embutidos variados, fiambre de magro, etc
--	--	---



La información sobre posibles ingredientes susceptibles de causar alergia/intolerancia, según R(CE) 1169/2011, estará a su disposición en la administración y página web del centro y bajo la supervisión de la coordinadora del comedor.

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Sistemas Integrales de Calidad.
Para cualquier duda o sugerencia, póngase en contacto con nosotros.
R.S.I. N.º: 26.00007348/M



JUNIO



Los Yébenes, 91 posterior • 28047 MADRID
Tel./Fax: 91 509 86 32
goeatsl@hotmail.com
www.goeat.es

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



JUNIO 2024

<p>Coditos a la boloñesa Filete de pollo con croquetas Fruta de temporada</p> <p>3</p> <p>1-3-5-7-8</p>	<p>Alubias con verduras Filete de bacalao con ensalada mixta Yogur</p> <p>4</p> <p>1-5-7</p>	<p>Judías verdes rehogadas Pechuga de pavo a la plancha con patatas cuadro Fruta de temporada y leche</p> <p>5</p> <p>5-8</p>	<p>Fideuá mixta Filete ruso con ensalada mixta Fruta en almíbar</p> <p>6</p> <p>1-2-6-7</p>	<p>Puré de verduras con picatostes Ragout de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>7</p> <p>1</p>
<p>Macarrones con tomate y chorizo Ventresca de merluza a la gallega Fruta de temporada</p> <p>10</p> <p>1-7</p>	<p>Lentejas a la hortelana Chuleta de sajonia con patatas Yogur</p> <p>11</p> <p>1-5-8</p>	<p>Arroz tres delicias Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y leche</p> <p>12</p> <p>1-3-5-8</p>	<p>Sopa de ave con fideos Filete de pavo con champiñones Gelatina</p> <p>13</p> <p>1-7</p>	<p>Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>14</p> <p>1</p>
<p>Espaguetis con beicon Filete de pavo con salteado de verduras Fruta de temporada</p> <p>17</p> <p>1-7</p>	<p>Crema de verduras frescas Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada Yogur</p> <p>18</p> <p>5</p>	<p>Garbanzos con verduras Merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y leche</p> <p>19</p> <p>1-5-7</p>	<p>Patatas a la riojana Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada</p> <p>20</p> <p>1</p>	<p>Arroz con tomate Hamburguesa de ternera con patatas dado Helado</p> <p>21</p> <p>1-5-8</p>

MENÚ SIN HUEVO

(TODOS LOS PRODUCTOS UTILIZADOS PARA LA ELABORACIÓN DE ESTE MENÚ SON SIN HUEVO)



- 1 CONTIENE GLUTEN
- 2 CRUSTÁCEOS SHELLFISH
- 3 HUEVO
- 4 HUEVO
- 5 LÁCTEOS DAIRY
- 6 MOLUSCOS MOLLUSC
- 7 PESCADO FISH
- 8 SOJA SOYA
- 9 CACAHUETES PEANUTS
- 10 FRUTOS DE CÁSCARA CASKIN/PEEL
- 11 APC/CELESTY
- 12 MOSTAZA MUSTARD
- 13 GRANOS DE SEMENAS SESAME
- 14 ALMENDRAS ALMONDS

Sugerencias para la cena



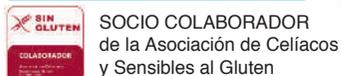
Si Hemos comido.. → Podemos cenar..	
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

Sugerencias para el desayuno

Lácteo Leche, yogurt, queso, cuajada, requesón	Cereal Pan, cereales y galletas	Fruta Fruta entera, zumo de frutas, tomate, zumo zanahoria	Otros Aceite de oliva: 2 veces en semana Mermelada y/o miel: 2 veces por semana Bollería: 1 vez por semana
--	---	--	--

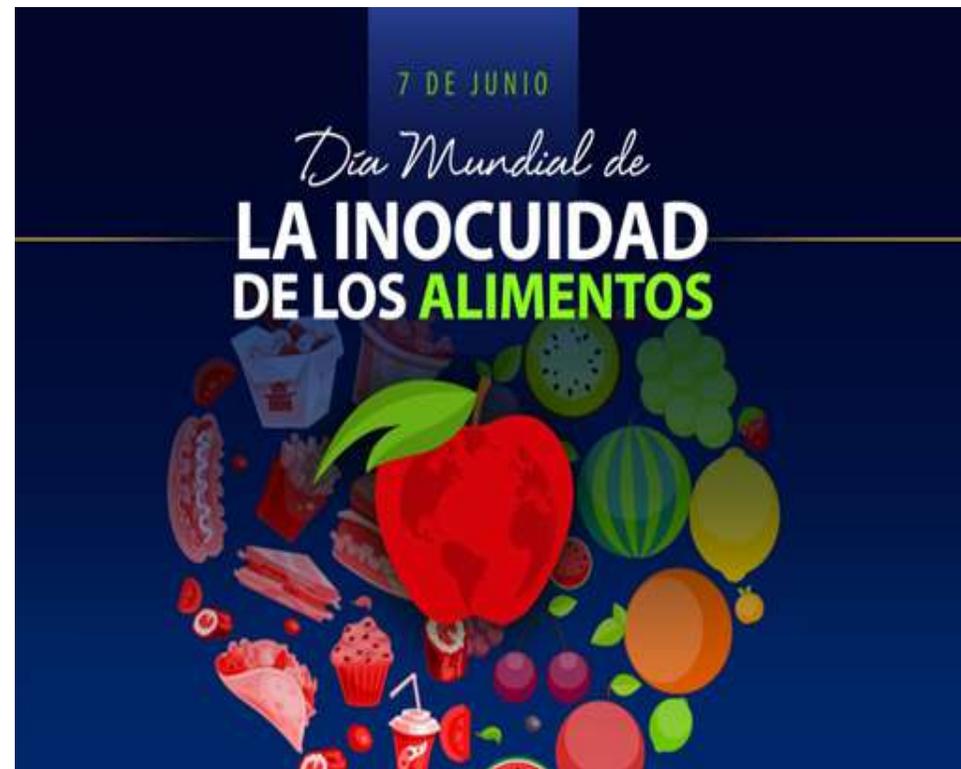
Sugerencias para merendar

Lacteo y/o fruta Yogurt, leche, queso, etc. Fruta entera o zumo	Cereales Pan, galletas, cereales, etc.	Otros Embutidos variados, fiambre de magro, etc
--	--	---



La información sobre posibles ingredientes susceptibles de causar alergia/intolerancia, según R(CE) 1169/2011, estará a su disposición en la administración y página web del centro y bajo la supervisión de la coordinadora del comedor.

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Sistemas Integrales de Calidad.
Para cualquier duda o sugerencia, póngase en contacto con nosotros.
R.S.I. N.º: 26.00007348/M



JUNIO



Los Yébenes, 91 posterior • 28047 MADRID
Tel./Fax: 91 509 86 32
goeatsl@hotmail.com
www.goeat.es

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



JUNIO 2024

<p>Coditos a la boloñesa Tortilla de atún con croquetas Fruta de temporada</p> <p>3</p> <p>1-3-4-5-7-8</p>	<p>Arroz con tomate Filete de bacalao con ensalada mixta Yogur</p> <p>4</p> <p>1-4-5-7</p>	<p>Menestra de verduras rehogadas Pechuga de pavo a la plancha con patatas cuadro Fruta de temporada y leche</p> <p>5</p> <p>5-8</p>	<p>Fideuá mixta Filete ruso con ensalada mixta Fruta en almíbar</p> <p>6</p> <p>1-2-4-6-7</p>	<p>Puré de verduras con picatostes Ragout de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>7</p> <p>1</p>
<p>Macarrones con tomate y chorizo Ventresca de merluza a la gallega Fruta de temporada</p> <p>10</p> <p>1-4-7</p>	<p>Salteado de champiñones Chuleta de sajonia con patatas Yogur</p> <p>11</p> <p>5-8</p>	<p>Arroz tres delicias Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y leche</p> <p>12</p> <p>1-3-5-8</p>	<p>Sopa de ave con fideos Tortilla de pavo con champiñones Gelatina</p> <p>13</p> <p>1-4</p>	<p>Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>14</p> <p>1</p>
<p>Espaguetis con beicon Huevos villaroy con salteado de verduras Fruta de temporada</p> <p>17</p> <p>1-2-4-5-6-7-11-12</p>	<p>Crema de verduras frescas Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada Yogur</p> <p>18</p> <p>5</p>	<p>Menestra de verduras Merluza en salsa verde Fruta de temporada y leche</p> <p>19</p> <p>1-4-5-7</p>	<p>Patatas a la riojana Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada</p> <p>20</p> <p>1</p>	<p>Arroz con tomate Hamburguesa de ternera con patatas dado Helado</p> <p>21</p> <p>1-5-8</p>

MENÚ SIN LEGUMBRES



- 1 CONTIENE GLUTEN
- 2 CRUSTACEOS SHELLFISH
- 3 HUEVOS EGGS
- 4 LÁCTEOS DAIRY
- 5 SOJA SOY
- 6 MOSTAZA MUSTARD
- 7 PESCADO FISH
- 8 SOJA SOY
- 9 CACAHUETES PEANUTS
- 10 FRUTOS DE CÁSCARA CASHERA SHELL
- 11 APC CELERY
- 12 MOSTAZA MUSTARD
- 13 SOJA SOY
- 14 ALMENDRAS ALMONDS

Sugerencias para la cena



Si Hemos comido.. → Podemos cenar..

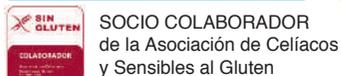
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

Sugerencias para el desayuno

Lácteo Leche, yogurt, queso, cuajada, requesón	Cereal Pan, cereales y galletas	Fruta Fruta entera, zumo de frutas, tomate, zumo zanahoria	Otros Aceite de oliva: 2 veces en semana Mermelada y/o miel: 2 veces por semana Bollería: 1 vez por semana
--	---	--	--

Sugerencias para merendar

Lacteo y/o fruta Yogurt, leche, queso, etc. Fruta entera o zumo	Cereales Pan, galletas, cereales, etc.	Otros Embutidos variados, fiambre de magro, etc
--	--	---



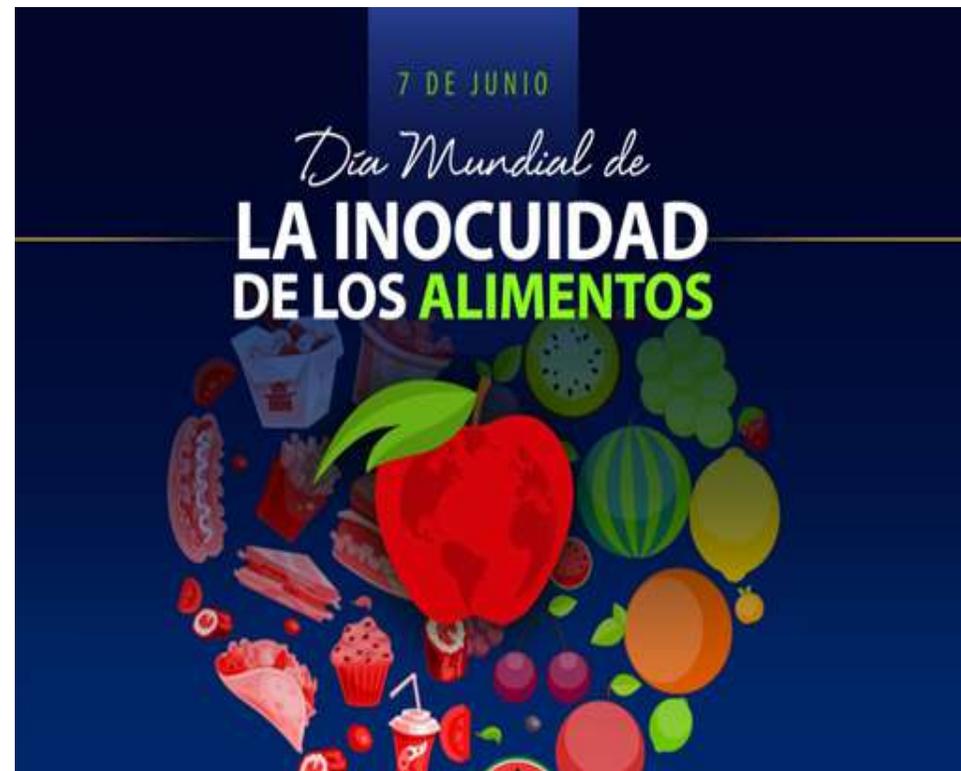
SOCIO COLABORADOR de la Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten

La información sobre posibles ingredientes susceptibles de causar alergia/intolerancia, según R(CE) 1169/2011, estará a su disposición en la administración y página web del centro y bajo la supervisión de la coordinadora del comedor.

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Sistemas Integrales de Calidad.

Para cualquier duda o sugerencia, póngase en contacto con nosotros.

R.S.I. N.º: 26.00007348/M



JUNIO



Los Yébenes, 91 posterior • 28047 MADRID
Tel./Fax: 91 509 86 32
goeatsh@hotmail.com
www.goeat.es

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes



JUNIO 2024

<p>Coditos a la boloñesa Tortilla de atún con croquetas Fruta de temporada</p> <p>3</p> <p>1-3-4-7-8</p>	<p>Alubias con verduras Filete de bacalao con ensalada mixta Yogur de soja</p> <p>4</p> <p>1-4-7-8</p>	<p>Judías verdes rehogadas Pechuga de pavo a la plancha con patatas cuadro Fruta de temporada y leche de soja</p> <p>5</p> <p>8</p>	<p>Fideuá mixta Filete ruso con ensalada mixta Fruta en almíbar</p> <p>6</p> <p>1-2-4-6-7</p>	<p>Puré de verduras con picatostes Ragout de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>7</p> <p>1</p>
<p>Macarrones con tomate y chorizo Ventresca de merluza a la gallega Fruta de temporada</p> <p>10</p> <p>1-4-7</p>	<p>Lentejas a la hortelana Chuleta de sajonia con patatas Yogur de soja</p> <p>11</p> <p>1-8</p>	<p>Arroz tres delicias Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada y leche de soja</p> <p>12</p> <p>1-3-8</p>	<p>Sopa de ave con fideos Tortilla de pavo con champiñones Gelatina</p> <p>13</p> <p>1-4</p>	<p>Crema de calabacín Jamoncitos de pollo en pepitoria Fruta de temporada</p> <p>14</p> <p>1</p>
<p>Espaguetis con beicon Tortilla con salteado de verduras Fruta de temporada</p> <p>17</p> <p>1-4</p>	<p>Crema de verduras frescas Cinta de lomo adobada a la plancha con ensalada Yogur de soja</p> <p>18</p> <p>8</p>	<p>Garbanzos con verduras Merluza en salsa verde con guisantes Fruta de temporada y leche de soja</p> <p>19</p> <p>1-4-7-8</p>	<p>Patatas a la riojana Pechuga de pollo con ensalada Fruta de temporada</p> <p>20</p> <p>1</p>	<p>Arroz con tomate Hamburguesa de ternera con patatas dado Helado de granizado</p> <p>21</p> <p>1-8</p>

MENÚ SIN PROTEÍNA DE LA LECHE

(TODOS LOS PRODUCTOS UTILIZADOS PARA LA ELABORACIÓN DE ESTE MENÚ SON SIN PROTEÍNA DE LA LECHE)



- 1 CONTIENE GLUTEN
- 2 CRUSTÁCEOS SHELL FISH
- 3 SOJA Y SOJA
- 4 HUEVOS
- 5 LÁCTEOS DAIRY
- 6 NUECES NUTS
- 7 PESCADO FISH
- 8 SOJA Y SOJA
- 9 SESAMO SESAME
- 10 CRUSTÁCEOS SHELL FISH
- 11 NUECES NUTS
- 12 MOSTAZA MUSTARD
- 13 CRUSTÁCEOS SHELL FISH
- 14 NUECES NUTS

Sugerencias para la cena



Si Hemos comido.. → Podemos cenar..

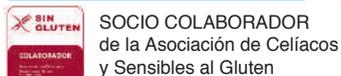
Cereales, féculas o legumbres	Hortalizas crudas o legumbres cocidas
Verduras	Cereales o féculas
Carne	Pescado o huevo
Pescado	Carne magra o huevo
Huevo	Pescado o carne magra
Fruta	Lácteos o fruta
Lácteos	Fruta

Sugerencias para el desayuno

Lácteo Leche, yogurt, queso, cuajada, requesón	Cereal Pan, cereales y galletas	Fruta Fruta entera, zumo de frutas, tomate, zumo zanahoria	Otros Aceite de oliva: 2 veces en semana Mermelada y/o miel: 2 veces por semana Bollería: 1 vez por semana
--	---	--	--

Sugerencias para merendar

Lacteo y/o fruta Yogurt, leche, queso, etc. Fruta entera o zumo	Cereales Pan, galletas, cereales, etc.	Otros Embutidos variados, fiambre de magro, etc
--	--	---



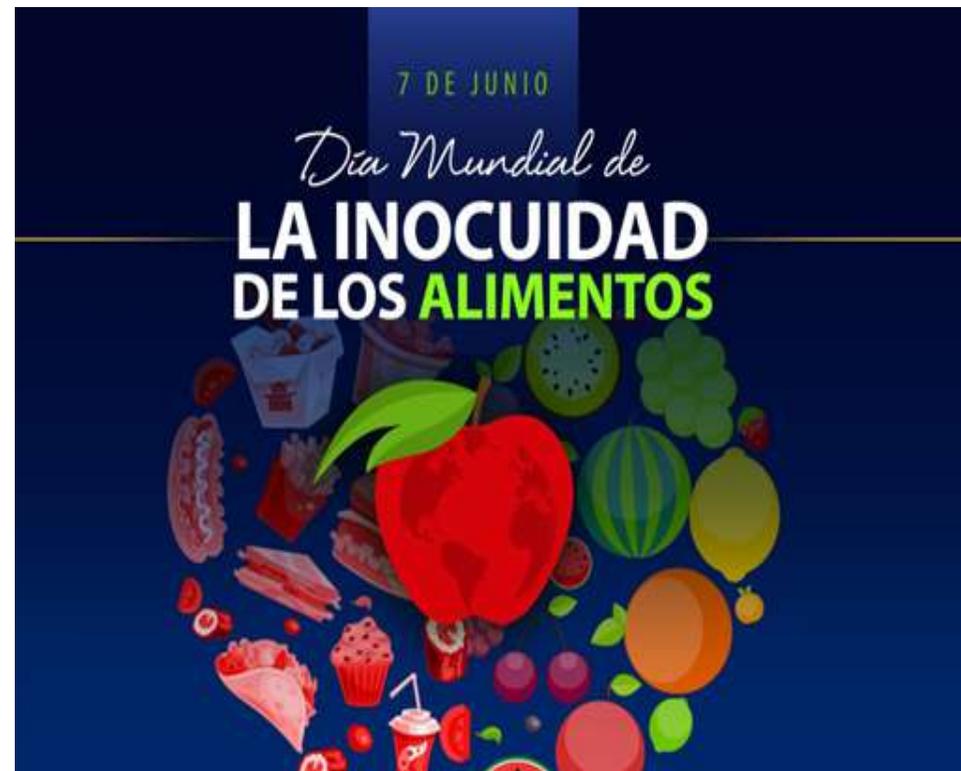
SOCIO COLABORADOR de la Asociación de Celíacos y Sensibles al Gluten

La información sobre posibles ingredientes susceptibles de causar alergia/intolerancia, según R(CE) 1169/2011, estará a su disposición en la administración y página web del centro y bajo la supervisión de la coordinadora del comedor.

Menú elaborado por el Departamento de Nutrición de Sistemas Integrales de Calidad.

Para cualquier duda o sugerencia, póngase en contacto con nosotros.

R.S.I. N.º: 26.00007348/M



JUNIO



Los Yébenes, 91 posterior • 28047 MADRID
Tel./Fax: 91 509 86 32
goeatsh@hotmail.com
www.goeat.es