

A horizontal banner image showing a stylized landscape with rolling hills, a red barn, and a fence, divided into five vertical panels by green lines. The landscape features rolling hills in shades of green and yellow, a red barn with a grey roof, a wooden fence, and several tall, thin trees. The sky is a light blue gradient.

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...		Para cenar puede ser...
Verdura	>	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	>	Verdura
Legumbres	>	Verdura Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...		Para cenar puede ser...
Huevo	>	carne Pescado
Pescado	>	Huevo carne
Legumbres	>	Verdura Huevo
carne	>	Huevo Pescado
Fruta	o	lácteo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja

Menú Sin gluten

IN SITU LEON

Junio 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Crema de calabaza	Macarrones sin gluten con salsa de tomate	Alubias blancas estofadas	Paella de verduritas	Garbanzos estofados con patatas y calabacín
Cinta de lomo con salsa de tomate	Crema de garbanzos	Tortilla de patata y cebolla al horno	Merluza en salsa de verduras	Jamonicitos de pollo asados con finas hierbas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten
08	09	10	11	12
Judías verdes al ajoarriero	Sopa de cocido con fideos sin gluten	Arroz integral con salsa de tomate y pisto	Patatas estofadas con verduras	Alubias blancas estofadas con calabaza
Filete de merluza a la plancha	Cocido completo estofado (garbanzo, zanahoria, ternera, pollo)	Tortilla francesa plancha	Abadejo al horno	Pollo en salsa de tomate
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga	Patatas cocidas
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten
15	16	17	18	19
Menestra de verduras salteadas	Arroz integral con salsa de tomate	Sopa de ave con pasta sin gluten	Crema de calabacín	Alubias pintas estofadas
Tortilla de patata y calabacín al horno	Garbanzos con pimiento y maíz	Filete ruso casero	Jamonicitos de pollo asado con salsa de manzana	Filete de merluza a la plancha
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Yogur y pan sin gluten
22	23	24	25	26
Arroz integral a banda (marisco)	Alubias blancas estofadas	Macarrones sin gluten con salsa de tomate		
Pechuga de pollo horno/plancha	Tortilla francesa plancha	Pechuga de pollo horno/plancha		
Calabaza salteada	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		
Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten	Fruta fresca y pan sin gluten		
29	30	01	02	03

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...		Para cenar puede ser...
		
Verdura	>	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	>	Verdura
Legumbres	>	Verdura Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...		Para cenar puede ser...
		
Huevo	>	carne Pescado
Pescado	>	Huevo carne
Legumbres	>	Verdura Huevo
carne	>	Huevo Pescado
Fruta	>	lácteo

Menú Sin huevo (pasta sin trazas de huevo)

IN SITU LEON

Junio 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Crema de calabaza	Macarrones integrales con salsa de tomate	Alubias blancas estofadas	Paella de verduritas	Lentejas estofadas con verduras (tomate, judía, calabacín)
Cinta de lomo con salsa de tomate	Crema de garbanzos	Pechuga de pollo horno/plancha	Merluza en salsa de verduras	Jamonicitos de pollo asados con finas hierbas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur y pan
08	09	10	11	12
Judías verdes al ajoarriero	Sopa de cocido con fideos	Arroz integral con salsa de tomate y pisto	Patatas estofadas con verduras	Alubias blancas estofadas con calabaza
Filete de merluza a la plancha	Cocido completo estofado (garbanzo, zanahoria, ternera, pollo)	Pechuga de pollo horno/plancha	Abadejo guisado a la riojana (pimiento rojo)	Boloñesa vegetal con patatas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur y pan
15	16	17	18	19
Menestra de verduras salteadas	Arroz integral con salsa de tomate	Sopa de letras	Crema de calabacín	Lentejas campesinas
Pechuga de pollo horno/plancha	Garbanzos con pimiento y maíz	Filete ruso casero	Jamonicitos de pollo asado con salsa de manzana	Merluza al horno a la crema con finas hierbas y guisantes (bechamel)
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur y pan
22	23	24	25	26
Arroz integral a banda (marisco)	Alubias blancas estofadas	Macarrones con salsa de tomate		
Lentejas estofadas con calabaza	Pechuga de pollo horno/plancha	Pechuga de pollo horno/plancha		
-	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan		
29	30	01	02	03



la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...		Para cenar puede ser...
		
Verdura	>	Pasta/Arroz
Pasta/Arroz	>	Verdura
Legumbres	>	Verdura Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...		Para cenar puede ser...
		
Huevo	>	carne Pescado
Pescado	>	Huevo carne
Legumbres	>	Verdura Huevo
carne	>	Huevo Pescado
Fruta	>	lácteo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja

Menú Sin lactosa

IN SITU LEON

Junio 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Crema de calabaza	Macarrones integrales con salsa de tomate	Alubias blancas estofadas	Paella de verduritas	Lentejas estofadas con verduras (tomate, judía, calabacín)
Cinta de lomo con salsa de tomate	Crema de garbanzos	Tortilla de patata y cebolla al horno	Merluza en salsa de verduras	Jamonicitos de pollo asados con finas hierbas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
08	09	10	11	12
Judías verdes al ajoarriero	Sopa de cocido con fideos	Arroz integral con salsa de tomate y pisto	Patatas estofadas con verduras	Alubias blancas estofadas con calabaza
Filete de merluza a la plancha	Cocido completo estofado (garbanzo, zanahoria, ternera, pollo)	Tortilla francesa plancha	Abadejo guisado a la riojana (pimiento rojo)	Boloñesa vegetal con patatas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
15	16	17	18	19
Menestra de verduras salteadas	Arroz integral con salsa de tomate	Sopa de letras	Crema de calabacín	Lentejas campesinas
Tortilla de patata y calabacín al horno	Garbanzos con pimiento y maíz	Filete ruso casero	Jamonicitos de pollo asado con salsa de manzana	Filete de merluza a la plancha
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
22	23	24	25	26
Arroz integral a banda (marisco)	Alubias blancas estofadas	Macarrones con salsa de tomate		
Lentejas estofadas con calabaza	Tortilla francesa plancha	Pechuga de pollo horno/plancha		
-	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan		
29	30	01	02	03



la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...		Para cenar puede ser...
	>	
Verdura		Pasta/Arroz
	>	
Pasta/Arroz		Verdura
	>	 
Legumbres		Verdura Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...		Para cenar puede ser...
	>	 
Huevo		carne Pescado
	>	 
Pescado		Huevo carne
	>	 
Legumbres		Verdura Huevo
	>	 
carne		Huevo Pescado
	>	
Fruta		lácteo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos; Yogur de soja: soja

Menú Sin pescado

IN SITU LEON

Junio 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Crema de calabaza	Macarrones integrales con salsa de tomate	Alubias blancas estofadas	Paella de verduritas	Lentejas estofadas con verduras (tomate, judía, calabacín)
Albóndigas mixtas con salsa de tomate	Crema de garbanzos	Tortilla de patata y cebolla al horno	Cinta de lomo con salsa de tomate	Jamonicitos de pollo asados con finas hierbas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur y pan
08	09	10	11	12
Judías verdes al ajoarriero	Sopa de cocido con fideos	Arroz integral con salsa de tomate y pisto	Patatas estofadas con verduras	Alubias blancas estofadas con calabaza
Pechuga de pollo horno/plancha	Cocido completo estofado (garbanzo, zanahoria, ternera, pollo)	Tortilla francesa plancha	Cinta de lomo a la plancha	Boloñesa vegetal con patatas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur y pan
15	16	17	18	19
Menestra de verduras salteadas	Arroz integral con salsa de tomate	Sopa de letras	Crema de calabacín	Lentejas campesinas
Tortilla de patata y calabacín al horno	Garbanzos con pimiento y maíz	Filete ruso casero	Jamonicitos de pollo asado con salsa de manzana	Tortilla francesa horno
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur y pan
22	23	24	25	26
Arroz integral con salsa de tomate	Alubias blancas estofadas	Macarrones con picadillo		
Lentejas estofadas con calabaza	Tortilla francesa plancha	Pechuga de pollo horno/plancha		
-	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan		
29	30	01	02	03



la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...		Para cenar puede ser...
	>	
Verdura	>	Pasta/Arroz
	>	
Pasta/Arroz	>	Verdura
	>	
Legumbres	>	Verdura Pasta/Arroz

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...		Para cenar puede ser...
	>	
Huevo	>	carne Pescado
	>	
Pescado	>	Huevo carne
	>	
Legumbres	>	Verdura Huevo
	>	
carne	>	Huevo Pescado
.....		
	>	
Fruta	>	lácteo

Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.

Menú Sin PLV

IN SITU LEON

Junio 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01	02	03	04	05
Crema de calabaza	Macarrones integrales con salsa de tomate	Alubias blancas estofadas	Paella de verduritas	Lentejas estofadas con verduras (tomate, judía, calabacín)
Cinta de lomo con salsa de tomate	Crema de garbanzos	Tortilla de patata y cebolla al horno	Merluza en salsa de verduras	Jamonicitos de pollo asados con finas hierbas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
08	09	10	11	12
Judías verdes al ajoarriero	Sopa de ave con fideos	Arroz integral con salsa de tomate y pisto	Patatas estofadas con verduras	Alubias blancas estofadas con calabaza
Filete de merluza a la plancha	Garbanzos estofados con verduras (judía, tomate, zanahoria)	Tortilla francesa plancha	Abadejo guisado a la riojana (pimiento rojo)	Boloñesa vegetal con patatas
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga y zanahoria	Ensalada de lechuga	-
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
15	16	17	18	19
Menestra de verduras salteadas	Arroz integral con salsa de tomate	Sopa de letras	Crema de calabacín	Lentejas campesinas
Tortilla de patata y calabacín al horno	Garbanzos con pimiento y maíz	Cinta de lomo a la plancha	Jamonicitos de pollo asado con salsa de manzana	Filete de merluza a la plancha
Ensalada de lechuga	-	Ensalada de lechuga	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Yogur de soja y pan
22	23	24	25	26
Arroz integral a banda (marisco)	Alubias blancas estofadas	Macarrones con salsa de tomate		
Lentejas estofadas con calabaza	Tortilla francesa plancha	Pechuga de pollo horno/plancha		
-	Ensalada de lechuga	Ensalada de lechuga		
Fruta fresca y pan	Fruta fresca y pan integral	Fruta fresca y pan		
29	30	01	02	03

la ruta saludable

Nuestro viaje de aprendizaje diario hacia una vida más saludable, inclusiva y sostenible

01 Salud

¡Comer bien hoy, crecer fuerte mañana!
Aprendemos hábitos saludables para toda la vida.

03 Sostenibilidad

¡Nada se desperdicia! Aprendemos a reciclar y cuidar el planeta con cada bocado.

02 Convivencia

En la mesa, ¡somos un equipo! Aprendemos a convivir, respetar y celebrar la diversidad.

04 Juego

¡Aprender jugando es más divertido! El mediodía es nuestro momento para reír y descubrir juntos.

RECOMENDADOR DE CENAS

PRIMEROS PLATOS

Si en el cole el primer plato fue...		Para cenar puede ser...
	>	
	>	
	>	

SEGUNDOS PLATOS

Si en el cole el segundo plato fue...		Para cenar puede ser...
	>	
	>	
	>	
	>	
	>	

Listado de alérgenos por plato para el Menú Sin PLV					Los alérgenos han sido indicados antes de la compra de los ingredientes, pero podrían variar según cambios en proveedores, productos o disponibilidad. La información actualizada estará disponible cada día en el comedor.														
Dieta	Semana	Día	Orden	Plato	GLUTEN	LECHE	HUEVO	PESCADO	MOLUSCOS	CRUSTÁCEOS	CACAHUETES	FRUTOS CÁSCARA	SOJA	SÉSAMO	MOHILLA	APPO	ALTRAMUCES	SULFOTOS	
Sin PLV	Semana 1	Lunes	Primero	Crema de calabaza															
			Segundo	Cinta de lomo con salsa de tomate															
			Guarnición	Ensalada de lechuga														14	
		Martes	Primero	Macarrones integrales con salsa de tomate	1								9		11				
			Segundo	Crema de garbanzos															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Alubias blancas estofadas															
			Segundo	Tortilla de patata y cebolla al horno			5												
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
		Jueves	Primero	Paella de verduras															
			Segundo	Merluza en salsa de verduras					4										
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	Lentejas estofadas con verduras (tomate, ju	1														
			Segundo	Jamoncitos de pollo asados con finas hierba															
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
	Semana 2	Lunes	Primero	Judías verdes al ajoarriero															
			Segundo	Filete de merluza a la plancha					4										
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
		Martes	Primero	Sopa de ave con fideos	1								9		11	12			14
			Segundo	Garbanzos estofados con verduras (judía, to															14
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Arroz integral con salsa de tomate y pisto															
			Segundo	Tortilla francesa plancha			5												
			Guarnición	Ensalada de lechuga y zanahoria															14
		Jueves	Primero	Patatas estofadas con verduras															
			Segundo	Abadejo guisado a la riojana (pimiento rojo)	1					4									
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
		Viernes	Primero	Alubias blancas estofadas con calabaza															
			Segundo	Boloñesa vegetal con patatas	1								8	9	10				
			Guarnición	-															
	Semana 3	Lunes	Primero	Menestra de verduras salteadas															
			Segundo	Tortilla de patata y calabacín al horno					5										
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
		Martes	Primero	Arroz integral con salsa de tomate															
			Segundo	Garbanzos con pimiento y maíz															14
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	Sopa de letras	1			5					9		11	12			
			Segundo	Cinta de lomo a la plancha															
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
		Jueves	Primero	Crema de calabacín															
			Segundo	Jamoncitos de pollo asado con salsa de mar															
			Guarnición	Tomate aliñado															14
		Viernes	Primero	Lentejas campesinas	1														
			Segundo	Filete de merluza a la plancha						4									
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
	Semana 4	Lunes	Primero	Arroz integral a banda (marisco)					4	5	6		9						14
			Segundo	Lentejas estofadas con calabaza	1														
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	Alubias blancas estofadas															
			Segundo	Tortilla francesa plancha				5											
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
		Miércoles	Primero	Macarrones con salsa de tomate	1								9		11				
			Segundo	Pechuga de pollo horno/plancha															
			Guarnición	Ensalada de lechuga															14
		Jueves	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
	Semana 5	Lunes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Martes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Miércoles	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Jueves	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															
		Viernes	Primero	-															
			Segundo	-															
			Guarnición	-															

Pan blanco/integral: gluten; Fruta fresca: no contiene alérgenos; Yogur: leche; Pan sin gluten: no contiene alérgenos. Yogur de soja: soja.