



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN PESCADO NI MARISCO JUNE WITHOUT FISH AND SELLFISH MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta integral boloñesa / Whole wheat pasta with bolognese Lacón al horno con lechuga y maíz / Baked pork with lettuce and corn Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad Huevos cocidos con tomate / Boiled eggs with tomato Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion Salchichas de pavo con ensalada / Turkey sausages with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta integral al ajillo / Pasta with garlic Pavo al horno con ensalada / Turkey with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN LECHE JUNE WITHOUT MILK

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta integral boloñesa / Whole wheat pasta with bolognese  Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic  Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce  Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream  Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato  Lomo a la plancha con ensalada / grilled pork loin with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras / Chickpeas stewed with vegetables  Pavo guisado con ensalada / Stewed turkey with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato  Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic  Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad  Huevos cocidos con tomate / Boiled eggs with tomato  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion  Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad  Pollo guisado con ensalada / Stewed chicken with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad  Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta integral al ajillo / Pasta with garlic  Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise  Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN HUEVO JUNE WITHOUT EGG MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta sin huevo boloñesa / pasta with bolognese  Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic  Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce  Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato  Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables  Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato  Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic  Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta sin huevo / Pasta salad  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion  Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad  Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad  Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta sin huevo al ajillo / Pasta with garlic  Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise  Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog  Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN GLUTEN JUNE GLUTEN FREE MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta sin gluten boloñesa / GLUTEN free pasta with bolognese  Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn  Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic  Albóndigas vegetales con tomate y arroz / Vegetables meatballs in tomato sauce  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Crema de verduras / Vegetables cream  Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Arroz con tomate / Rice with tomato  Lomo a la plancha con ensalada / grilled pork loin with salad  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Garbanzos estofados con verduras / Chickpeas stewed with vegetables  Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato  Verduras salteadas con carne / Vegetables sauteed with meat  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic  Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Ensalada de pasta sin gluten / Gluten free pasta salad  Huevos cocidos con tomate / Boiled eggs with tomato  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion  Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad  Pollo guisado con ensalada / Stewed chicken with salad  Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad  Arroz con garbanzos / Chickpeas with rice  Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta sin gluten al ajillo / Gluten free pasta with garlic  Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise  Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente sin gluten / Nuggets and hot dog  Helado, pan sin gluten / icecream, gluten free bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN FRUTOS SECOS JUNE WITHOUT NUTS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta integral boloñesa / Whole wheat pasta with bolognese  Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic  Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce  Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream  Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato  Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables  Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato  Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic  Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad  Huevos villarroy con ensalada / Villarroy eggs with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion  Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad  Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad  Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta integral al ajillo / Pasta with garlic  Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise  Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog  Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN LECHE NI HUEVO JUNE WITHOUT MILK AND EGG MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta sin huevo boloñesa / pasta with bolognese Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables Pavo guisado con ensalada / Stewed turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta sin huevo / Pasta salad Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta sin huevo al ajillo / Pasta with garlic Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN HUEVO NI FRUTOS SECOS JUNE WITHOUT EGG AND NUTS MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta sin huevo boloñesa / pasta with bolognese  Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic  Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce  Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato  Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables  Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato  Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic  Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta sin huevo / Pasta salad  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion  Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad  Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad  Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta sin huevo al ajillo / Pasta with garlic  Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise  Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog  Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN GLUTEN NI FRUTOS SECOS JUNE WITHOUT NUTS AND GLUTEN FREE MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta sin gluten boloñesa / Gluten free pasta with bolognese Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic Albóndigas vegetales con tomate y arroz / Vegetables meatballs in tomato sauce Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Crema de verduras / Vegetables cream Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Arroz con tomate / Rice with tomato Lomo a la plancha con ensalada / grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Garbanzos estofados con verduras / Chickpeas stewed with vegetables Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato Verduras salteadas con carne / Vegetables sauteed with meat Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sautéed cauliflower with garlic Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Ensalada de pasta sin gluten / Gluten free pasta salad Huevos cocidos con tomate / Boiled eggs with tomato Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad Pollo guisado con ensalada / Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad Arroz con garbanzos / Chickpeas with rice Yogur, pan sin gluten / fruit yogurt, gluten free bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Pasta sin gluten al ajillo / Gluten free pasta with garlic Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Vichyssoise / Vichyssoise Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice Fruta de temporada y pan sin gluten / Fruit and gluten free bread	Nuggets y perrito caliente sin gluten / Nuggets and hot dog Helado, pan sin gluten / icecream, gluten free bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN FRUTOS SECOS Y TOMATE NATURAL JUNE WITHOUT NUTS AND NATURAL TOMATO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta integral boloñesa / Whole wheat pasta with bolognese  Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic  Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce  Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream  Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato  Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables  Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato  Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic  Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad  Huevos villarroy con ensalada / Villarroy eggs with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion  Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad  Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad  Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta integral al ajillo / Pasta with garlic  Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise  Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog  Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN LECHE, BERENJENA Y TOMATE NATURAL JUNE WITHOUT MILK, EGGPLANT AND TOMATO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta integral boloñesa / Whole wheat pasta with bolognese  Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic  Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce  Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream  Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato  Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables  Pavo guisado con ensalada / Stewed turkey with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato  Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic  Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad  Huevos cocidos con tomate / Boiled eggs with tomato  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion  Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad  Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad  Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta integral al ajillo / Pasta with garlic  Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise  Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN CARNE ROJA JUNE WITHOUT RED MEAT

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta integral con tomate / Whole wheat pasta with tomato Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato Salchichas de pavo con ensalada / Turkey sausages with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic Carne de pollo con cebolla pimiento y patata / Minced chicken with onion, peppers and potatoes Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad Huevos villarroy con ensalada / Villarroy eggs with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta integral al ajillo / Pasta with garlic Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN PRODUCTOS INTEGRALES JUNE WITHOUT WHOLE PRODUCTS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta boloñesa / pasta with bolognese Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad Huevos villarroy con ensalada / Villarroy eggs with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelet with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta al ajo / Pasta with garlic Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN SAL NI PROCESADOS JUNE WITHOUT SALT MENU

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta integral con verduras / Whole wheat pasta with vegetables Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con verduras / Rice with vegetables Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables Pavo al horno con ensalada / Roasted turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad Huevos cocidos con tomate / Boiled eggs with tomato Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad Tortilla francesa con ensalada / French omelet with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta integral al ajillo / Pasta with garlic Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets caseros y perrito caliente / Nuggets and hot dog Helado, pan integral / icecream, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



## JUNIO MENU SIN HUEVO, LECHE, PESCADO, FRUTOS SECOS JUNE WITHOUT MILK, EGGS, FISH AND NUTS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta sin huevo boloñesa / pasta with bolognese Lacón al horno con lechuga y maíz / Baked pork with lettuce and corn Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato Lomo a la plancha con ensalada/ grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables Pavo guisado con ensalada / Stewed turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato Lentejas salteadas con carne / Lentils sauteed with meat Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta sin huevo / Pasta salad Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion Salchichas de pavo con ensalada / Turkey sausages with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad Pollo guisado con ensalada/ Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta sin huevo al ajillo / Pasta with garlic Pavo al horno con ensalada / Turkey with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y perrito caliente / Nuggets and hot dog Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes

## JUNIO MENU SIN LECHE, SOJA, HUEVO, F. SECO, CRUSTACEOS Y MOLUSCOS, LEGUMBRE (si j. blanca y verde), APIO NI MOSTAZA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta sin huevo boloñesa / pasta with bolognese Abadejo al horno con lechuga y maíz / Baked cod with lettuce and corn Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic Rollitos de primavera con arroz / springrolls in tomato sauce Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato Lomo a la plancha con ensalada / grilled pork loin with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Patatas estofados con verduras / Potatoes stewed with vegetables Pavo guisado con ensalada / Stewed turkey with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato Verduras salteadas con carne / Vegetables sauteed with meat Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic Carne picada con cebolla pimiento y patata / Minced meat with onion, peppers and potatoes Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta sin huevo / Pasta salad Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion Merluza al horno con ensalada / Baked hake with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada campera / Potato salad Pollo guisado con ensalada / Stewed chicken with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad Arroz con verduras / Vegetables with rice Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta sin huevo al ajillo / Pasta with garlic Pescadilla al horno con ensalada / Whiting with salad Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise Pollo al horno con arroz / Baked chicken with rice Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Nuggets y hamburguesa casera / Nuggets and burger Gelatina, pan integral / fruit yogurt, bread



# ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

## JUNIO MENU VEGANO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3	4	5
Pasta integral con tomate/ pasta with tomato  Seitán con lechuga y maíz / Seitán with lettuce and corn  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Brócoli rehogado con ajo y pimentón / Broccoli sauteed with garlic  Albóndigas vegetales con tomate y cous cous / Vegetables meatballs in tomato sauce  Yogur y pan / Yogurt and bread	Crema de verduras / Vegetables cream  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Arroz con tomate / Rice with tomato  Hamburguesa vegana con ensalada / Vegan burger with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Garbanzos estofados con verduras/ Chickpeas stewed with vegetables  Tofu especiado con ensalada / Roasted tofu with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
8	9	10	11	12
Arroz con tomate / Rice with tomato  Lentejas salteadas / Lentils sauteed  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread	Coliflor rehogada con ajo y pimentón / Sauteed cauliflower with garlic  Albóndigas veganas con patata/ Vgean meatballs with potato  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de pasta / Pasta salad  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Judías verdes rehogadas con cebolla / Green beans sauteed with onion  Seitán especiado con ensalada / Baked seitán with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Ensalada de garbanzos / Chickpeas salad  Tofu salteado con ensalada/ Sutedeed tofu with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread
15	16	17	18	19
Ensalada campera / Potato salad  Cous cous con garbanzos / Chickpeas with cous cous  Yogur, pan integral / fruit yogurt, bread	Ensalada de judías blancas / White beans salad  Rosti de patata con ensalada / Potato rosti with salad  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Pasta al ajillo / Pasta with garlic  Tofu salteado con ensalada/ Sutedeed tofu with salad  Fruta de temporada y pan integral / Fruit and whole bread	Vichyssoise / Vichyssoise  Albóndigas veganas con arroz/ Vgean meatballs with arroz  Fruta de temporada y pan / Fruit and bread	Hamburguesa vegana y perrito caliente / Nuggets and hot dog  Yogur de soja, pan integral / soy yogurt, bread

ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARRENA S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes