

MES: Junio 2026



VEGASUR - SAN MARTIN DE LA VEGA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

<p>1</p> <p>Pasta (sin gluten) con salsa de tomate Albóndigas a la jardinera con panaché de verduras Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with tomato sauce Meatballs with vegetables with boiled vegetables Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.838/918 GT:34 GS:11 HC:122 AZ:27 PROT:39 SAL:4</p>	<p>2</p> <p>Salteado de judías verdes Tortilla de patatas con ensalada fresca con maíz dulce Fruta (eco.) y pan (sin gluten) Sautéed green beans Spanish omelette with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.846/681 GT:31 GS:6 HC:82 AZ:22 PROT:23 SAL:1</p>	<p>3</p> <p>Crema casera de calabaza dulce (eco.) Estofado de ternera con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan (sin gluten) Homemade sweet pumpkin cream (eco.) Beef stew with fresh lettuce salad with beets Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.841/680 GT:30 GS:7 HC:79 AZ:30 PROT:28 SAL:1</p>	<p>4</p> <p>Verduras salteadas Pollo asado al romero con patatas asadas Yogur y pan (sin gluten) Stir fry vegetables Rosemary grilled chicken with roasted potatoes Yoghurt and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.246/537 GT:24 GS:8 HC:59 AZ:15 PROT:23 SAL:2</p>	<p>5</p> <p>Arroz a la napolitana Salmón asado con salsa de cítricos con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Napolitan rice Salmon in orange juice with lettuce & carrot Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.473/831 GT:32 GS:5 HC:116 AZ:25 PROT:31 SAL:1</p>
<p>8</p> <p>Pasta (sin gluten) al ajillo Huevos revueltos con chorizo con ensalada fresca de lechuga con tomate Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with garlic Scrambled eggs with chorizo sausage with fresh lettuce salad with tomato Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.852/682 GT:20 GS:5 HC:106 AZ:23 PROT:22 SAL:2</p>	<p>9</p> <p>Arroz con verduras Lomo al horno con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan (sin gluten) Rice with vegetables Baked loin with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.086/738 GT:18 GS:5 HC:116 AZ:26 PROT:33 SAL:2</p>	<p>10</p> <p>Sopa casera de cocido (sin gluten) Cocido completo Fruta (eco.) y pan (sin gluten) "Cocido" Soup (gluten free) Full course "cocido" stew Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.083/737 GT:27 GS:9 HC:94 AZ:22 PROT:35 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Crema de zanahoria (eco.) Abadejo al horno con ensalada fresca con aceitunas negras Yogur y pan (sin gluten) Carrot cream Baked haddock with fresh salad with black olives Yoghurt and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.516/602 GT:24 GS:7 HC:62 AZ:15 PROT:33 SAL:1</p>	<p>12</p> <p>Alubias estofadas con verduras Estofado de soja con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Braised beans with vegetables Soy stew with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.673/879 GT:33 GS:4 HC:124 AZ:29 PROT:31 SAL:1</p>
<p>15</p> <p>Patatas estofadas Tortilla francesa de atún con ensalada de tomate con aceitunas Fruta y pan (sin gluten) Stewed potatoes Tuna omelette with tomato salad with olives Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:2.861/684 GT:28 GS:6 HC:93 AZ:28 PROT:24 SAL:3</p>	<p>16</p> <p>Arroz con salsa de tomate Pollo asado con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan (sin gluten) Rice with tomato sauce Grilled chicken with fresh salad with sweetcorn Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.164/757 GT:17 GS:4 HC:114 AZ:24 PROT:41 SAL:1</p>	<p>17</p> <p>Crema casera de la huerta Magro en salsa con patatas dado Fruta y pan (sin gluten) Homemade garden cream Lean pork in sauce with diced potatoes Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.569/854 GT:47 GS:9 HC:86 AZ:28 PROT:26 SAL:1</p>	<p>18</p> <p>Pasta (sin gluten) con salsa pomodoro Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan (sin gluten) Pasta (gluten free) with pomodoro sauce Grilled turkey with lettuce & carrot Fruit and bread (gluten free)</p> <p>VE:3.374/807 GT:25 GS:4 HC:118 AZ:28 PROT:36 SAL:3</p>	<p>19</p> <p>COMIDA ESPECIAL Sopa de pasta (sin gluten) Salchichas al horno con ketchup Postre especial Pasta soup (gluten free) Grilled hotdogs with ketchup Special desserts</p> <p>VE:2.211/529 GT:28 GS:9 HC:46 AZ:25 PROT:24 SAL:2</p>
<p>22</p>	<p>23</p>	<p>24</p>	<p>25</p>	<p>26</p>
<p>29</p>	<p>30</p>			<p>Estos menús cumplen con el RD 315/2025 en cuanto a la información de los alérgenos disponiendo de ella en el comedor del centro o a través del responsable. LAS FRUTAS SERVIDAS SERÁN MANZANA, PERA, PLÁTANO Y NARANJA.</p>