

# Julio 2024 Menú Entero

# VERANO

semana

## Lunes

## Martes

## Miércoles

## Jueves

## Viernes

1

1. Arroz con tomate  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga  
Manzana

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pollo a la plancha  
Lactosa: postre de soja

2. Crema de patata y zanahoria  
Merluza empanada  
Yogur natural

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja  
Huevo : merluza a la plancha  
Celiaco: merluza a la plancha  
Pescado: pollo a la plancha

3. Margaritas con vegetales, ternera y tomate  
Ensalada de lechuga  
Plátano

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pasta sin huevo  
Celiaco: pasta sin gluten  
Lactosa: postre de soja

4. Brócoli con patatas  
Pollo en salsa  
Yogur natural

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja

5. Judías blancas con verduras  
Merluza en salsa de tomate  
Melón

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja  
Pescado: hamburguesa de ternera

2

8. Sopa de pescado con arroz  
Huevos revueltos  
Sandía

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pollo a la plancha  
Lactosa: postre de soja  
Pescado: sopa de verduras

9. Puré de verduras  
Filete de merluza a la romana  
Yogur natural

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja  
Huevo : merluza a la plancha  
Celiaco: merluza a la plancha  
Pescado: pavo a la plancha

10. Macarrones a la boloñesa de ternera  
Ensalada de lechuga  
Plátano

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pasta sin huevo  
Celiaco: pasta sin gluten  
Lactosa: postre de soja

11. Crema de puerros  
Pollo asado  
Yogurt natural

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja

12. Lentejas con verduras  
Merluza en salsa verde  
Sandía

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Pescado: hamburguesa de ternera  
Lactosa: postre de soja

3

15. Arroz con verduras  
Tortilla francesa  
Ensalada de lechuga  
Manzana

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pollo a la plancha  
Lactosa: postre de soja

16. Crema de calabacín  
Merluza en salsa de tomate  
Yogur natural

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja  
Pescado: pavo a la plancha

17. Espaguetis con verduras, tomate y carne picada de ternera  
Ensalada de lechuga  
Plátano

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pasta sin huevo  
Celiaco: pasta sin gluten  
Lactosa: postre de soja

18. Puré de verduras  
Cinta de lomo empanada  
Yogur natural

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja  
Huevo: cinta de lomo a la plancha  
Celiaco: cinta de lomo a la plancha  
Cerdo: pollo empanado

19. Sopa de cocido  
Garbanzos con pollo  
Sandía

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja  
Huevo: sopa de fideos sin huevo  
Celiaco: sopa de fideos sin gluten

4

22. Paella mixta  
Huevos revueltos  
Pera

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja  
Huevo: pollo a la plancha  
Pescado: arroz con pollo

23. Judías verdes con tomate  
Merluza a la romana  
Yogur natural

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja  
Huevo: merluza a la plancha  
Celiaco: merluza a la plancha  
Pescado: pavo a la plancha

24. Tiburones a la boloñesa de ternera  
Ensalada de lechuga  
Plátano

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pasta sin huevo  
Celiaco: pasta sin gluten  
Lactosa: postre de soja

# Fiesta

26. Lentejas con verduras  
Pollo en salsa  
Sandía

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Lactosa: postre de soja

5

29. Sopa de verduras con arroz  
Tortilla de patatas  
Manzana

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pollo a la plancha  
Lactosa: postre de soja

30. Puré de verduras  
Merluza en salsa verde  
Yogur natural

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Pescado: pollo a la plancha  
Lactosa: postre de soja

31. Macarrones con verduras, tomate y ternera  
Ensalada de lechuga  
Plátano

ALÉRGICAS E INTOLERANCIAS  
Huevo: pasta sin huevo  
Celiaco: pasta sin gluten  
Lactosa: postre de soja



E.I. RAYUELA

Plaza Ecopolis, 1  
28523 Rivas-Vaciamadrid

Teléfono: 91 666 05 50  
Móvil: 691 241 849  
Correo: [direccion@eirayuela.es](mailto:direccion@eirayuela.es)

1. Todos Los Menús Van Acompañados De Pan

- Celíacos Pan Sin Gluten.
- Alérgicos Al Huevo Fruta.

2. Las Alergias Se Fríen En Otro Aceite.

