



Convivencia desde la Cuna desde 1985

MENÚ VEGANO DEL MES DE JUNIO DEL AÑO 2024

LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
1º: Puré de puerros 2º: Revuelto de tempeh G: Patatas fritas P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Lentejas estofadas 2º: Quinoa con verduras G: Berenjena en dados P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Judías verdes rehogadas 2º: Croquetas de calabacín G: Champiñones salteados P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Macarrones con tomate 2º: Heura en salsa de zanahoria G: Ensalada tomate y pepino P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Ens. campera (patata, tomate, aceituna, cebolla y pepino) 2º: Garbanzos rehogados G: Brócoli rehogado P: Yogur vegetal o fruta, helado de fruta y pan
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
1º: Ens. arroz (zanahoria, maíz, tomate y aceitunas) 2º: Guiso de tofu al tomillo G: Calabacín en dados P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Sopa de verduras 2º y G: Cocido completo (garbanzos, patata y zanahoria) P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Pisto manchego 2º: Tortilla de patatas con harina de garbanzo G: Ensalada de pepino y maíz P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Lombarda con manzana 2º: Tempeh en salsa de tomate G: Cous cous P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Lentejas estofadas 2º: Heura encebollada G: Ens. de zanahoria rallada P: Yogur vegetal o fruta, helado de fruta y pan
LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
1º: Menestra de verduras 2º: Heura en salsa de tomate G: Patatas murcianas P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Ens.judías blancas (pimiento, cebolla, pepino, tomate y aceitunas) 2º: Cous cous con verduras G: Calabacín asado P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Ensaladilla rusa 2º: Tempeh a la plancha G: Calabaza asada P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Puré de verduras 2º: Tortilla de harina de garbanzo G: Ensalada de tomate y pepino P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Guisantes rehogados 2º: Albóndigas de tofu G: Patatas fritas P: Yogur vegetal o fruta, helado de fruta y pan
LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
1º: Brócoli rehogado 2º: Tortilla de patatas con harina de garbanzo G: Pimientos asados P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Lentejas estofadas 2º: Arroz con verduras G: Champiñones rehogados P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Arroz con tomate 2º: Salchichas de tofu G: Palitos de zanahoria P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º: Puré de calabacín 2º: Tempeh en salsa G: Patatas panadera P: Yogur vegetal o fruta y pan	1º y 2º: Pasta con tomate y seitán G: Ens. mixta (tomate, maíz, pepino y zanahoria) P: Yogur vegetal o fruta, helado de fruta y pan ¡FELICES VACACIONES!

Cuando el menú incorpore algún alimento, que los niños/as no lo pueden tomar por diversas razones, será sustituido por un alimento de valor nutritivo equivalente

Todos los menús van acompañados de una porción de pan



Trabajando desde 1972 por la dignidad, los derechos y las libertades

Premio Populares 1979· Premio Nacional de Derechos Humanos 1999· Premio Evens 1999·
 Declarada de Utilidad Pública· Miembro de la Red Europea Contra el Racismo (ENAR)·
 Miembro del Instituto Romanó Europeo para las Artes y la Cultura (ERAC)

