

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS BASAL

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuètes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS CACAHUETE

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS CRUSTACEOS

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS DIABETICO TIPO I

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano	
DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	
Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano	
DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31	
Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina	

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuets, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS FRUTOS SECOS

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS GLUTEN

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Filete de pollo a la plancha Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones sin Gluten con tomate natural (T6, T13) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Arroz Salteado con Espárragos Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Huevos Revueltos con Calabacín (Sin Gluten) (3) Arroz blanco Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Mandarina
DIA 13		DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
Paella de verduras sin Gluten Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Manzana Golden		Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi	Pasta sin Gluten con verduras (T6, T13) Merluza al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Arroz blanco Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano
DIA 20		DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Manzana Golden		Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Filete de pollo a la plancha Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi	Pasta sin Gluten con verduras (T6, T13) Salmon al Horno (4) Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano
DIA 27		DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
Macarrones sin Gluten con tomate natural (T6, T13) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi		Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Arroz Salteado con Espárragos Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Huevos Revueltos con Calabacín (Sin Gluten) (3) Arroz blanco Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuètes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS HUEVO

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Filete de pavo a la plancha Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones sin Gluten con tomate natural (T6, T13) Pavo al horno Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz Salteado con Espárragos Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras Vegano Filete de pollo a la plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta sin Gluten con verduras (T6, T13) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Filete de pavo a la plancha Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones sin Gluten con tomate natural (T6, T13) Pavo al horno Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS LECHE/LACTOSA

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla francesa (3) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Cuscus con Verduritas Salteadas (1, T6) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla francesa (3) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Ensalada de lentejas con tomate y pepino (T1) Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz Salteado con Espárragos Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuètes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS MENU 3-5 AÑOS

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Merluza horno Infantil (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Merluza horno Infantil (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Ragut de Pollo al Horno Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Merluza horno Infantil (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Ragut de Pollo al Horno Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza horno Infantil (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Merluza horno Infantil (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza horno Infantil (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Ragut de Pollo al Horno Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Merluza horno Infantil (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Merluza horno Infantil (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Merluza horno Infantil (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS MOSTAZA

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones sin Gluten con tomate natural (T6, T13) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Ragu ligero de ternera Arroz blanco Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco Kiwi	Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Arroz blanco Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) Platano	
DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	
Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Kiwi	Arroz con verduras salteadas Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) Platano	
DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31	
Macarrones sin Gluten con tomate natural (T6, T13) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Ragu ligero de ternera Arroz blanco Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Mandarina	

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS NO LEGUMBRES

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Arroz con verduras salteadas Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) Pera	Ensalada Mixta (12) Pavo al horno Arroz Curry Guarnicion (T1, T10) Kiwi	Paella de verduras (sin legum) (9, T1, T3, T7) Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Paella de verduras (sin legum) (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Kiwi	Crema de calabacín y zanahoria Atun al horno (4) Arroz blanco Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Yogur natural (7)	Brocoli con patata Filete de pavo a la plancha Arroz blanco Platano	Crema de calabacín y puerro Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras (sin legum) (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) Manzana Golden	Brocoli con patata Filete de pavo a la plancha Arroz blanco Kiwi	Arroz Salteado con Esparragos Merluza al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pera	Ensalada Mixta (12) Ragu ligero de ternera Arroz Curry Guarnicion (T1, T10) Yogur natural (7)	Crema de calabacín y puerro Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Esparragos Ragut de Pollo al Horno Ensalada Sencilla (12) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) Yogur natural (7)	Arroz con verduras salteadas Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) Pera	Ensalada Mixta (12) Pavo al horno Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Kiwi	Paella de verduras (sin legum) (9, T1, T3, T7) Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Brocoli con patata Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Kiwi	Crema de calabacín y zanahoria Atun al horno (4) Arroz blanco Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Yogur natural (7)	Arroz con verduras salteadas Filete de pavo a la plancha Arroz blanco Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuets, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS NO TERNERA/NO CERDO

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) SANDIA	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Ragut de Pollo al Horno Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragut de Pollo al Horno Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) SANDIA	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) SANDIA	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) SANDIA	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuètes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS NO TOMATE

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Tortilla francesa (3) Calabacín Salteado PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Cuscus con Verduritas Salteadas (1, T6) Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones al ajillo (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz Salteado con Espárragos Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Hamburguesa al horno (1, 6, 12) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Merluza con Verduras y salsa de Soja (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras sin Tomate Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa al horno (1, 6, 12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Tortilla francesa (3) Calabacín Salteado PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Cuscus con Verduritas Salteadas (1, T6) Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Macarrones al ajillo (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz Salteado con Espárragos Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Hamburguesa al horno (1, 6, 12) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Merluza con Verduras y salsa de Soja (4) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuets, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS NURSERY 0-2 AÑOS

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Pure de Verdura con Huevo (3) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pollo Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pescado (4) Yogur natural (7)
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Pure de Verdura con Huevo (3) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pescado (4) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pollo Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Ternera Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pescado (4) Yogur natural (7)
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Pure de Verdura con Huevo (3) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pavo Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pescado (4) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Ternera Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pollo Yogur natural (7)
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Pure de Verdura con Pollo Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pescado (4) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Huevo (3) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pollo Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pollo Yogur natural (7)
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Pure de Verdura con Huevo (3) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pescado (4) Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pollo Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Ternera Yogur natural (7)	Pure de Verdura con Pescado (4) Yogur natural (7)

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS OVO-VEGETARIANO

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Alubias Blancas Guisadas Veganas (12) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Tofu al Horno con tomate (6) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla francesa (3) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Tofu al Horno con tomate (6) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) SANDIA	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Alubias Blancas Guisadas Veganas (12) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Estofado de Garbanzos Veganos (12, T1, T10, T11) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
DIA 13		DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
Paella de verduras Vegano Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden		Brocoli con patata y guisantes salteados Estofado de Garbanzos Veganos (12, T1, T10, T11) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Tofu Marinado (6, T1, T10, T11) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) lentejas Estofadas Veganas (T1) Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) SANDIA	Menestra de Verduras Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
DIA 20		DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
Arroz Salteado con Espárragos Tofu al Horno con tomate (6) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden		Crema de calabacín y puerro lentejas Estofadas Veganas (T1) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) MELON	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Tortilla francesa (3) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Alubias Blancas Guisadas Veganas (12) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
DIA 27		DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla francesa (3) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi		Garbanzos guisados con verduras Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Tofu al Horno con tomate (6) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) SANDIA	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Alubias Blancas Guisadas Veganas (12) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Estofado de Garbanzos Veganos (12, T1, T10, T11) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuètes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS PESCADO

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Pavo al horno Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla francesa (3) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Ragut de Pollo al Horno Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
DIA 13		DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tofu al Horno con tomate (6) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden		Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Contramuslo de Pollo a la Plancha Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Tortilla francesa (3) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
DIA 20		DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden		Crema de calabacín y puerro Ragu ligero de ternera Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Pavo al horno Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
DIA 27		DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla francesa (3) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi		Garbanzos guisados con verduras Ragut de Pollo al Horno Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Filete de pollo a la plancha Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS SESAMO

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Mandarina
DIA 13		DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Manzana Golden		Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi	Pasta integral con verduras (1, T3, T6, T10) Merluza al horno (4) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Arroz blanco Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano
DIA 20		DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
Arroz Salteado con Espárragos Hamburguesa Vegetal al Horno con Tomate (T6, T12) Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Manzana Golden		Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Yogur natural (7)	Ensalada de pasta integral con verduras y habitas baby (1, T3, T6, T10) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) SANDIA	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano
DIA 27		DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
Macarrones integrales con tomate natural (1, T3, T6, T10) Tortilla de calabacín (3, T4, T6, T7) Ensalada de Tomate Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Kiwi		Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Albondigas con salsa de tomate (1, 6, T10) Arroz blanco Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Pan sin Gluten (3, 6, T10, T13) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuètes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS SOJA

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Filete de pollo a la plancha Ensalada verde (12) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) Platano
DIA 6		DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada de Tomate Kiwi		Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Ragut de Pollo al Horno Arroz blanco Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Mandarina
DIA 13		DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada Sencilla (12) Manzana Golden		Brocoli con patata y guisantes salteados Filete de pavo a la plancha Arroz blanco Kiwi	Arroz con verduras salteadas Merluza al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) Ragu ligero de ternera Arroz blanco Yogur natural (7)	Menestra de Verduras Salmon al Horno (4) Patatas panadera (12) Platano
DIA 20		DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
Arroz Salteado con Esparragos Filete de pavo a la plancha Ensalada Sencilla (12) Manzana Golden		Crema de calabacín y puerro Merluza al horno (4) Patatas panadera (12) Yogur natural (7)	Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Ragut de Pollo al Horno Ensalada verde (12) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tortilla francesa (3) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) Kiwi	Arroz con tomate Salmon al Horno (4) Ensalada verde (12) Platano
DIA 27		DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
Paella de verduras (9, T1, T3, T7) Tortilla francesa (3) Ensalada de Tomate Kiwi		Garbanzos guisados con verduras Atun al horno (4) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) Pera	Arroz con verduras salteadas Contramuslo de Pollo a la Plancha Ensalada Sencilla (12) Yogur natural (7)	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Ragu ligero de ternera Arroz blanco Platano	Crema de calabacín y zanahoria Lomitos de Bacalao con Tomate (4) Patata cocida Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuetes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas

SUMMER CAMP JULIO TRES CANTOS VEGANO

7			DIA 1	DIA 2	DIA 3
			Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Alubias Blancas Guisadas Veganas (12) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Tofu al Horno con tomate (6) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9	DIA 10
	Macarrones sin Gluten con tomate natural (T6, T13) Tofu al Horno (6) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas lentejas Estofadas Veganas (T1) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Alubias Blancas Guisadas Veganas (12) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Estofado de Garbanzos Veganos (12, T1, T10, T11) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina
	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17
	Paella de verduras Vegano Tofu al Horno con tomate (6) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Brocoli con patata y guisantes salteados Estofado de Garbanzos Veganos (12, T1, T10, T11) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Pasta sin Gluten con verduras (T6, T13) Tofu Marinado (6, T1, T10, T11) Salteado de verduras con salsa de soja (1, 6) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Ensalada de alubias blancas (12) lentejas Estofadas Veganas (T1) Cuscus con Verduritas (1, T6) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Menestra de Verduras Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Patatas panadera (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24
	Arroz Salteado con Espárragos Tofu al Horno con tomate (6) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Crema de calabacín y puerro lentejas Estofadas Veganas (T1) Patatas panadera (12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) SANDIA	Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Alubias Blancas Guisadas Veganas (12) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Pera	Lentejas a la Jardinera (T1) Tofu a la Plancha (6) Pisto de Verduras con Patata (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Kiwi	Arroz con tomate Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Ensalada verde (12) PAN (1, 6, T10, T11) Platano
	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31
	Ensalada de pasta sin Gluten con verduras y habitas Baby (T6, T13) Tofu al Horno (6) Ensalada de Tomate PAN (1, 6, T10, T11) Kiwi	Garbanzos guisados con verduras Hamburguesa Vegetal al Horno (T6, T12) Pisto de verduras con tomate (T9, T12) PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Pera	Arroz con verduras salteadas lentejas Estofadas Veganas (T1) Ensalada Sencilla (12) PAN (1, 6, T10, T11) Manzana Golden	Judía verde con patata y habitas baby salteadas Alubias Blancas Guisadas Veganas (12) Arroz blanco PAN INTEGRAL (1, 6, T10, T11) Platano	Crema de calabacín y zanahoria Estofado de Garbanzos Veganos (12, T1, T10, T11) Patata cocida PAN (1, 6, T10, T11) Mandarina

Alérgenos: 1-Gluten, 2-Crustáceos, 3-Huevos, 4-Pescado, 5-Cacahuètes, 6-Soja, 7-Leche, 8-Frutos secos, 9-Apio, 10-Mostaza, 11-Granos de sésamo, 12-Sulfitos, 13-Altramuces, 14-Moluscos, T-Trazas