USJ SALUD / Comida / Menú basal

Junio 2026 / del 08/06 al 14/06

	Lunes 08	Martes 09	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12
Primero	Lacitos boloñesa Pro:10 Lip:15 HC:61 Kcal:422 Alérgenos: Verdura ecológica de temporada Pro:6 Lip:6 HC:27 Kcal:171 Alérgenos: Ensalada mixta Pro:19 Lip:13 HC:14 Kcal:245 Alérgenos:	Ensalada Aragonesa Pro:11 Lip:9 HC:21 Kcal:210 Alérgenos: Verdura ecológica de temporada Pro:6 Lip:6 HC:27 Kcal:171 Alérgenos: Sopa de estrellitas Pro:0 Lip:5 HC:0 Kcal:46 Alérgenos:	Arroz con verduras y pollo Pro:14 Lip:30 HC:63 Kcal:584 Ensalada de tomate Pro:1 Lip:5 HC:6 Kcal:73 Huevo revuelto Pro:14 Lip:22 HC:1 Kcal:264 Alérgenos:	Jornada Cubana Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0 Ensalada de aguacate y tomate Pro:2 Lip:7 HC:9 Kcal:97 Alérgenos: Verdura ecológica de temporada Pro:6 Lip:6 HC:27 Kcal:171 Alérgenos: Fideua de pescado Pro:16 Lip:12 HC:53 Kcal:385 Alérgenos:	Crema de verduras con tostones de pan Pro:9 Lip:7 HC:53 Kcal:300 Alérgenos: Lasaña de carne Pro:20 Lip:12 HC:49 Kcal:391 Alérgenos: Gazpacho andaluz Pro:4 Lip:11 HC:18 Kcal:187 Alérgenos:
Segundo	Hamburguesa mixta Pro:17 Lip:21 HC:5 Kcal:268 Alérgenos: Alitas de pollo asadas Pro:26 Lip:29 HC:1 Kcal:401 Alérgenos: Rabas de calamar con alioli Pro:25 Lip:26 HC:28 Kcal:449 Alérgenos:	Libritos de lomo rellenos de jamón serrano y queso Pro:39 Lip:31 HC:8 Kcal:476 Alérgenos: Pechuga de pollo a la plancha Pro:34 Lip:9 HC:0 Kcal:224 Sardinas a la plancha Pro:22 Lip:14 HC:0 Kcal:212 Alérgenos:	Lomo de cerdo a la riojana Pro:19 Lip:15 HC:7 Kcal:247 Alérgenos: Rollitos de primavera Pro:5 Lip:25 HC:28 Kcal:355 Alérgenos: Cazuela de pescado Pro:41 Lip:12 HC:17 Kcal:342 Alérgenos:	Jornada Cubana Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0 Ropa vieja Pro:28 Lip:6 HC:9 Kcal:198 Salchichas encebolladas Pro:19 Lip:27 HC:5 Kcal:333 Alérgenos: Atún a la vizcaína Pro:26 Lip:1 HC:5 Kcal:139 Alérgenos:	Pastel de salmón Pro:16 Lip:50 HC:5 Kcal:529 Alérgenos: Albóndigas en salsa verde Pro:14 Lip:23 HC:10 Kcal:294 Estofado de pavo Pro:31 Lip:13 HC:21 Kcal:319 Alérgenos:
Pan	Pan de fibra Pro:3 Lip:0 HC:18 Kcal:82 Alérgenos: Pan de semillas Pro:3 Lip:1 HC:18 Kcal:102 Alérgenos:	Pan de fibra Pro:3 Lip:0 HC:18 Kcal:82 Alérgenos: Pan de semillas Pro:3 Lip:1 HC:18 Kcal:102 Alérgenos:	Pan de salvado Pro:5 Lip:1 HC:26 Kcal:134 Alérgenos: Pan de semillas Pro:3 Lip:1 HC:18 Kcal:102 Alérgenos:	Pan de salvado Pro:5 Lip:1 HC:26 Kcal:134 Alérgenos: Pan de semillas Pro:3 Lip:1 HC:18 Kcal:102 Alérgenos:	Pan de salvado Pro:5 Lip:1 HC:26 Kcal:134 Alérgenos: Pan Pro:3 Lip:1 HC:14 Kcal:82 Alérgenos:
Postre	Fruta de temporada Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150 Yogur Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76 Alérgenos: Postre casero Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0	Fruta de temporada Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150 Yogur Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76 Alérgenos: Postre casero Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0	Fruta de temporada Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150 Yogur Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76 Alérgenos: Postre casero Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0	Fruta de temporada Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150 Yogur Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76 Alérgenos: Postre casero Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0	Fruta de temporada Pro:1 Lip:2 HC:22 Kcal:150 Yogur Pro:4 Lip:4 HC:6 Kcal:76 Alérgenos: Postre casero Pro:0 Lip:0 HC:0 Kcal:0

Alérgenos: Altramuces, Apio, Cacahuetes, Gluten, Crustáceos, Sulfitos, Frutos secos, Sésamo, Huevo, Lácteos, Moluscos, Mostaza, Pescado, Soja