



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



BASAL

LUNES		9		MARTES		10		MIÉRCOLES		11		JUEVES		12		VIERNES		13																					
Espirales (G) con salsa de tomate				Judías blancas guisadas (S)				Arroz con verduras				Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva				Lentejas a la riojana (chorizo(L*) y verduras)																							
Escalopa de pollo (G,L)				Bacalao al horno (P) con pimentón				Tortilla de patatas (H)				Salchichas de carne mixta al horno (S)				Filete de merluza al horno (P)																							
Lechuga, olivas y maiz				Lechuga, tomate y maiz				Lechuga, zanahoria y pepino				Lechuga, maiz y soja (SO)				Variedad de ensaladas																							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt (L)			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.															
599	74	22	25	725	56	32	39	612	70	30	24	752	76	39	33	574	54	23	19	720	74	33	27	689	94	23	25	960	117	32	42	677	90	30	29	817	87	42	34
LUNES		16		MARTES		17		MIÉRCOLES		18		JUEVES		19		VIERNES		20																					
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín				Crema de verduras de temporada				Garbanzos guisados				Borraja con patata				Sopa de caldo con pasta (G,H*)																							
Bistec de pollo al horno				Revuelto de jamón				Filete de merluza al horno con base de cebolla (P)				Cordon bleu de pavo (G,SO,L,A)				Filete de abadejo al horno																							
Lechuga, zanahoria y pepino				Espirales con aceite y oregano				Lechuga, maiz y soja (SO)				Lechuga, tomate y olivas				Lechuga, zanahoria y maiz																							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt (L)			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.															
583	76	24	20	862	101	31	36	582	55	24	31	750	59	21	38	574	62	28	19	759	58	46	38	614	64	24	31	727	65	30	39	576	72	20	21	761	76	24	29
LUNES		23		MARTES		24		MIÉRCOLES		25		JUEVES		26		VIERNES		27																					
Arroz con salsa de tomate casero				Lentejas guisadas con verduras (S)				Macarrones (G) con aceite de oliva y oregano				Garbanzos con patata y aceite de oliva				Brócoli con patata y aceite de oliva																							
Filete de merluza al horno con base de cebolla (P)				Tortilla de espinacas (H)				Croquetas de bacalo (L,H*,P,SO*,ML.CR*,G)				Jamoncitos de pollo al horno a la naranja				Albóndigas de ternera con salsa de tomate																							
Lachuga, maiz y zanahoria				Lechuga, pepino y olivas				Lechuga, zanahoria y soja (SO)				Lechuga, tomate y olivas				Champiñones																							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt (L)			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.															
597	78	23	22	835	90	33	39	620	81	23	23	766	93	26	32	583	62	24	23	854	63	46	47	585,1	62	25	26	872	87	42	38	593	54	28	30	724	58	30	31
LUNES		30																																					
Espirales (G,H*) al estilo italiano (G)																																							
(salsa de tomate casero)																																							
Hamburguesa de coliflor y queso (L,H,SE,G)																																							
Lechuga, olivas y soja (SO)																																							
INF.	Fruta de temporada			PRI.																																			
631	85	28	20	792	99	36	29																																

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



Valores nutricionales:
 INF. (3-8 AÑOS)
 PRI.: (9-12 AÑOS)
 Naranja: Energía (Kcal)
 Azul: hidratos de carbono (g)
 Rojo: proteínas (g)
 Amarillo: grasas (g)



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN CERDO

LUNES		9		MARTES		10		MIÉRCOLES		11		JUEVES		12		VIERNES		13																					
Espirales con salsa de tomate				Judías blancas guisadas (S)				Arroz con verduras				Judía verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva				Lentejas estofadas con verduras																							
Escalopa de pollo				Bacalao al horno con pimentón				Tortilla de patatas				Salchichas de ave al horno				Filete de merluza al horno																							
Lechuga, olivas y maíz				Lechuga, tomate y maíz				Lechuga, zanahoria y pepino				Lechuga, maíz y soja				Variedad de ensaladas																							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt (L)			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.															
599	74	22	25	725	56	32	39	612	70	30	24	752	76	39	33	574	54	23	19	720	74	33	27	689	94	23	25	960	117	32	42	677	90	30	29	817	87	42	34

LUNES		16		MARTES		17		MIÉRCOLES		18		JUEVES		19		VIERNES		20																					
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín				Crema de verduras de temporada				Garbanzos estofados con espinacas				Borrajá con patata				Sopa de caldo con pasta																							
Bistec de pollo al horno				Tortilla de patatas				Filete de merluza al horno con base de cebolla				Filete de pavo con loncha de queso				Filete de abadejo al horno																							
Lechuga, zanahoria y pepino				Espirales con aceite y oregano				Lechuga, maíz y soja				Lechuga, olivas y tomate				Lechuga, zanahoria y maíz																							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt (L)			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.															
583	76	24	20	862	101	31	36	590	55	24	31	750	59	21	38	574	63	27	21	759	58	46	38	614	64	24	31	727	65	30	39	576	72	20	21	761	76	24	29

LUNES		23		MARTES		24		MIÉRCOLES		25		JUEVES		26		VIERNES		27																					
Arroz con salsa de tomate casero				Lentejas guisadas con verduras (S)				Macarrones con aceite de oliva y oregano				Garbanzos con patata y aceite de oliva				Brócoli con patata y aceite de oliva																							
Filete de merluza al horno con base de cebolla				Tortilla de espinacas				Croquetas de bacalao				Jamoncitos de pollo al horno a la naranja				Filet de merluza con salsa de tomate																							
Lachuga, maíz y zanahoria				Lechuga, pepino y olivas				Lechuga, zanahoria y soja (SO)				Lechuga, tomate y olivas				Champiñones																							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt (L)			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.															
597	78	23	22	835	90	33	39	620	81	23	23	766	93	26	32	583	62	24	23	854	63	46	47	585,1	62	25	26	872	87	42	38	593	54	28	30	624	58	30	31

LUNES		30					
Espirales (G,H*) al estilo italiano (G)							
(salsa de tomate casero)							
Hamburguesa de coliflor y queso							
Lechuga, olivas y soja (SO)							
INF.	Fruta de temporada			PRI.			
631	85	28	20	792	99	36	29





EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



Valores nutricionales:
 INF. (3-8 AÑOS)
 PRI.: (9-12 AÑOS)

TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN CARNE

LUNES				9				MARTES				10				MIÉRCOLES				11				JUEVES				12				VIERNES				13			
Espirales con salsa de tomate								Judias blancas guisadas								Arroz con verditas								Judia verde, coliflor y calabaza con aceite de oliva								Lentejas guisadas con verduras							
Colas de rape al horno								Bacalao al horno con pimentón								Tortilla de patata								Tortilla francesa								Filete de merluza al horno							
Lechuga, olivas y maiz								Lechuga, tomate y maiz								Lechuga, zanahoria y pepino								Lechuga, maiz y soja								Variedad de ensaladas							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.										
599	74	22	25	728	70	22	32	612	70	30	24	752	76	39	33	574	54	23	19	720	74	33	27	689	94	23	25	738	86	35	29	677	90	30	29	817	87	42	34

LUNES				16				MARTES				17				MIÉRCOLES				18				JUEVES				19				VIERNES				20			
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín								Crema de verduras de temporada								Garbanzos estofados con espinacas								Borrajá con patata								Sopa de caldo vegetal con pasta							
Hamburguesa de coliflor y queso								Tortilla de patatas								Filete de merluza al horno con base de cebolla								Canelones de espinacas								Filete de abadejo al horno							
Lechuga, zanahoria y pepino								Espirales con aceite y oregano								Lechuga, maiz y soja								Lechuga, tomate y olivas								Lechuga, zanahoria y maiz							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.										
583	76	24	20	840	110	18	36	562	55	24	31	750	75	17	35	544	63	27	21	860	75	43	43	614	64	24	31	930	95	28	50	576	72	20	21	661	76	24	29

LUNES				23				MARTES				24				MIÉRCOLES				25				JUEVES				26				VIERNES				27			
Arroz con salsa de tomate casero								Lentejas guisadas con verduritas								Macarrones con aceite de oliva y oregano								Garbanzos con patata y aceite de oliva								Brócoli con patata y aceite de oliva							
Filete de merluza al horno con base de cebolla								Tortilla de espinacas								Croquetas de bacalao								Merluza al horno a la naranja								Albondigas de merluza con salsa de tomate							
Lachuga, maiz y zanahoria								Lechuga, pepino y olivas								Lechuga, zanahoria y soja								Lechuga, tomate y olivas								Champiñones							
INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Yogurt			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.	INF.	Fruta de temporada			PRI.										
597	78	23	22	835	90	33	39	620	81	23	23	766	93	26	32	583	62	24	23	790	70	36	41	601	68	15	31	749	86	26	34	593	54	28	30	624	58	30	31

LUNES				30											
Espirales al estilo italiano (con salsa de tomate casero)															
Hamburguesa de coliflor y queso															
Lechuga, olivas y soja															
INF.	Fruta de temporada			PRI.											
631	85	28	20	792	99	36	29								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



Valores nutricionales:
 INF. (3-8 AÑOS)
 PRI.: (9-12 AÑOS)

TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN PESCADO

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada		Judías blancas guisadas Pollo al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada		Arroz con verduritas Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, maiz y soja Fruta de temporada		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Tortilla francesa Variedad de ensaladas Fruta de temporada	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduritas de temporada Revuelto de jamón Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados Lomo al horno con base de cebolla Lechuga, maiz y soja Yogurt		Borraja con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta Filete de abadejo al horno Lechuga, zanahoria y maiz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de patatas Lechuga, maiz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas Tortilla de calabacín Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones con aceite de oliva y oregano Salchichas al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt		Garbanzos con patata y aceite de oliva Jamoncitos de pollo al horno Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada		Brócoli con patata y aceite de oliva Albóndigas de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
LUNES	30								
Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero) Lomo al horno Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada									

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y AÑARADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN HUEVO

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales sin huevo con salsa de tomate Pollo empanado sin huevo Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada		Judias blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada		Arroz con verduritas Lomo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales sin huevo con salsa de tomate Pollo empanado sin huevo Lechuga, maiz y soja Fruta de temporada		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduritas de temporada Pavo al horno Espirales (s/huevo) con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maiz y soja Yogurt		Borrajá con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta sin huevo Filete de abadejo al horno Lechuga, zanahoria y maiz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con salsa de tomate casero Filete de merluza al horno Lachuga, maiz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas Pavo al horno Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones sin huevo con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt		Garbanzos con patata y aceite de oliva Jamoncitos de pollo al horno Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada		Brócoli con patata y aceite de oliva Albóndigas de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
LUNES	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p>Espirales sin huevo al estilo italiano (salsa de tomate casero) Lomo al horno Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada</p> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> </div> </div>							

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AÑARDO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN FRUTOS SECOS

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada		Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada		Arroz con verduritas Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduritas de temporada Revuelto de jamón Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt		Borraja con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta Filete de abadejo al horno Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con salsa de tomate casero Filete de merluza al horno Lachuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt		Garbanzos con patata y aceite de oliva Jamoncitos de pollo al horno Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada		Brócoli con patata y aceite de oliva Albóndigas de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
LUNES	30								

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN FRUTOS SECOS Y SIN FRUTAS CON HUESO

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada*		Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada*		Arroz con verduritas Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada*		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada*	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada*		Crema de verduritas de temporada Revuelto de jamón y queso Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada*		Garbanzos guisados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt		Borrajá con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada*		Sopa de caldo con pasta Filete de abadejo al horno Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada*	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con salsa de tomate casero Filete de merluza al horno Lachuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada*		Lentejas guisadas con verduritas Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada*		Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt		Garbanzos con patata y aceite de oliva Jamoncitos de pollo al horno Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada*		Brócoli con patata y aceite de oliva Albóndigas de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada*	
LUNES	30								
Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero) Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada*		  							

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN GARBANZOS

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada		Judias blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada		Arroz con verduritas Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas Fruta de temporada	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduritas de temporada Revuelto de jamón y queso Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		Lentejas estofadas con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt		Borraja con patata Lomo con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta Filete de abadejo al horno Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con salsa de tomate casero Filete de merluza al horno Lachuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas Tortilla espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt		Judias blancas con patata y aceite de oliva Jamoncitos de pollo al horno Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada		Brócoli con patata y aceite de oliva Albóndigas de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
LUNES	30								
Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero) Hamburguesa de coliflor y queso Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada									

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SENSE LLEGUMS

LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Pollo rebozado (insitu) (harina de trigo)</p> <p>Lechuga, olivas y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Patatas guisadas (s/guisantes)</p> <p>Bacalao al horno con pimentón</p> <p>Lechuga, tomate y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Arroz con verduritas (s/guisante)</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Pollo rebozado (insitu) (harina de trigo)</p> <p>Lechuga y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Arroz con verduras (s/guisantes)</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensaladas</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES	16	MARTES	17	MIERCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín</p> <p>Bistec de pollo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduritas (s/guisantes)</p> <p>Revuelto de huevo</p> <p>Espirales con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Patatas guisadas con verduras (s/guisantes)</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga y maiz</p> <p>Yogurt</p>		<p>Borraja con patata</p> <p>Pavo rebozado (insitu) (harina de trigo)</p> <p>Lechuga, tomate y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de caldo casero con pasta (G,H*)</p> <p>Filete de abadejo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES	23	MARTES	24	MIERCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
<p>Arroz con salsa de tomate casero</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Lachuga, maiz y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Patatas guisadas con verduritas (s/guisantes)</p> <p>Tortilla de espinacas</p> <p>Lechuga, pepino y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano</p> <p>Bacalao rebozado (insitu) (harina de trigo)</p> <p>Lechuga y zanahoria</p> <p>Yogurt</p>		<p>Patata y aceite de oliva</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno a la naranja</p> <p>Lechuga, tomate y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Brócoli con patata y aceite de oliva</p> <p>Dados de ternera con salsa de tomate</p> <p>Champiñones</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 25%;"> <p>Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero)</p> <p>Filete de pavo a la plancha</p> <p>Lechuga, olivas</p> <p>Fruta de temporada</p> </div> <div style="width: 45%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 25%; text-align: right;"> </div> </div>							

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIADO CON ACEITE DE OLIVA
 Y ACEITE ALTO OLEICO
 LEGUMBRES ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN LEGUMBRES, PESCADO, MARISCO, HUEVO

LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	13	
Espirales (s/huevo) con salsa de tomate Pollo rebozado con pan rallado (s/huevo) Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada		Patatas guisadas (s/guisantes) Pollo al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada		Arroz con verduritas (s/guisantes) Dados de ternera en su jugo Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales (s/huevo) con salsa de tomate Pollo rebozado con pan rallado (s/huevo) Lechuga y maiz Fruta de temporada		Patatas guisadas con verduras (ni guisantes) Dados de pavo en su jugo Variedad de lechugas Fruta de temporada	
LUNES	16	MARTES	17	MIERCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduritas de temporada (s/guisantes) Lomo al horno Espirales (s/huevo) con aceite y oregano Fruta de temporada		Espirales (s/huevo) con espinacas Filete de pavo con base de cebolla Lechuga y maiz Yogurt		Borraja con patata Lomo al horno con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta (s/huevo) Filete de abadejo al horno Lechuga, zanahoria y maiz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIERCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con salsa de tomate casero Filete de pavo al horno Lachuga, maiz y zanahoria Fruta de temporada		Patatas guisadas amb verdure (s/guisantes) Lomo al horno Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones (s/huevo) con aceite y oregano Filete de pavo a la plancha Salsa de naranja Lechuga y zanahoria Yogurt		Arroz con aceite de oliva y oregano Jamoncitos de pollo al horno Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada		Brócoli con patata y aceite de oliva Dados de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
MARTES	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p>Espirales (s/huevo) al estilo italiano (salsa de tomate casero) Lomo al horno Lechuga y olivas Fruta de temporada</p> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;"> </div> </div>							

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y AÑARADO CON ACEITE DE OLIVA Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL

SERHS FOOD
Dpto. Deletica y Nutricion
German Puga Nuñez
Cel. Num. CA7001322

