

MENU SEPTIEMBRE 2020



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

8

Macarrones con salsa de tomate

Revuelto de huevo y pavo

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
739	36	26	89

9

Lentejas caseras con verduritas

Filete de merluza con ensalada mixta

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
709	46	14	102

10

Crema de zanahorias, judías verdes y puerros

Albóndigas de ternera con arroz blanco

Yogur

Kcal	Prot	Lip	HC
640	18	33	76

11

Sopa de cabellin

Lomo de sajonia con patatas al horno

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
676	31	20	97

14

Arroz caldoso con magro

Filete de pescadilla en salsa

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
703	37	16	104

15

Crema de verduras natural

Croquetas de jamón con ensalada mixta

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
677	24	15	112

16

Espaguetis con tomate y queso rallado

Tortilla de patata con ensalada mixta

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
717	24	25	99

17

Ensalada de judías blancas

Carne asada en su jugo con puré

Yogur

Kcal	Prot	Lip	HC
670	38	26	77

18

Cazuela marinera

Lardones de pollo al horno con jugo de limón

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
676	48	22	76

21

Judías verdes con tomate

Ragout de ternera en salsa con patatas a cuadrillos

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
677	27	26	89

22

Paella mixta

Cachelos de merluza con ensalada de lechuga y tomate

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
688	43	13	100

23

Garbanzos con patatas y zanahoria taco

Revuelto de huevo y queso

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
692	37	31	69

24

Crema de calabacín

Hamburguesa de ternera al horno con rodaja de tomate natural

Yogur

Kcal	Prot	Lip	HC
612	23	38	53

25

Coditos con bechamel

Ventresca de bacalao en salsa

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
726	38	13	1

28

Crema de verduras natural

Lomo al horno con ensalada mixta

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
680	35	23	88

29

Tallarines con tomate

Tortilla francesa y loncha de pavo

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
725	40	27	81

30

Patatas estofadas con verduritas

Salmón al horno con ensalada mixta

Fruta de temporada y leche

Kcal	Prot	Lip	HC
678	43	19	86

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.