

# MENÚ SEPTIEMBRE 2022



## LUNES

**Productos de temporada proximidad, y proveedores de confianza.**



## MARTES

**Plan de reducción del desperdicio.**



## MIÉRCOLES

## JUEVES

## VIERNES

12

SOPA DE CODITOS  
BOCADITOS DE RAPE CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
601	25	15	94	3

13

JUDIAS VERDES CON PATATAS Y HUEVO  
LOMO AL HORNO CON ARROZ  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
611	29	16	91	4

14

GARBANZOS A LA ANDALUZA  
DELICIAS DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y OLIVAS SIN HUESO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
649	35	19	88	3

15

CREMA DE VERDURAS Y HORTALIZAS  
MAGRO DE CERDO CON TOMATE CASERO Y ALBAHACA  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
601	23	26	70	5

16

HABICHUELAS PINTAS CON CHORIZO  
FILETE DE PESCADILLA AL HORNO CON FONDO DE PATATAS HORNEADAS  
FRUTA DE TEMPORADA - YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
632	43	11	95	2

19

BRÓCOLI REHOGADO CON YORK  
TORTILLA ESPAÑOLA CON SALSA DE TOMATE NATURAL  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
626	20	30	71	9

20

LENTEJAS CASERAS CON VERDURITAS  
VARITAS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE ECOLÓGICO

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
633	28	17	96	2

21

PURÉ DE PUERROS, ACELGAS Y ZANAHORIAS  
CARRILLERAS EN SALSA CON ARROZ BLANCO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
600	20	15	99	3

22

ESPAGUETIS INTEGRALES BOLOÑESA  
GALLO SAN PEDRO AL HORNO CON GUARNICIÓN DE GUISANTES  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
643	38	20	77	4

23

PATATAS HUERTANAS  
FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO CRUJENTE CON ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ  
FRUTA DE TEMPORADA - YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
626	18	27	80	4

26

ARROZ CON TOMATE  
BACALAO ROMANA CON GUARNICIÓN DE CHAMPIÑÓN  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
639	32	20	82	2

27

COLIFLOR CON BECHAMEL  
CHULETA DE SAJONIA CON PATATAS  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
622	25	29	69	8

28

SOPA DE COCIDO  
COMPLEMENTO DE COCIDO. GARBANZOS, CHORIZO, POLLO, MORCILLO Y REPOLLO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
621	26	18	92	1

29

CREMA DE CALABAZA NATURAL  
TORTILLA FRANCESA, LONCHA DE PAVO Y QUESO  
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
610	30	29	58	10

30

CANELONES DE CARNE  
CACHELOS DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y REMOLACHA  
FRUTA DE TEMPORADA - YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
656	39	21	78	5

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO e INTEGRAL y la bebida es AGUA.