


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

7

CREMA DE CALABACIN EN MAMBO ECOLÓGICO  
ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA A LA ESPAÑOLA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
605	21	22	84	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

8

LENTEJAS CASERAS
SUPREMA DE MERLUZA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
FRUTA DE TEMPORADA

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
647	28	20	90	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

9

ARROZ MELOSO CON POLLO
HUEVO FRITO CON PATATAS
FRUTA DE TEMPORADA - YOGUR

Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	A.G.S.(g)
675	21	28	81	4

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 
FRUTA DE TEMPORADA


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.