

MENÚ BASAL SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PAPA CON CHOCOS	*ARROZ A LA CUBANA
		*ALBONDIGAS EN SALSA PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*CARNE MENCHADA CON MENESTRAS	*HUEVOS FRITOS CON PATATA FRITAS
		*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LACTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LETENJAS CON ZANAHORIA	*PASTA A LA BOLOÑESA/EN BLANCO	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN, BERENJENA)
	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA *PAN BLANCO /FRUTA	*GALLO A LA PLANCHA CON AJILLO/SALSA VERDE *PAN BLANCO /FRUTA	*FILETE ADOBADO CON SALTEADO *PAN BLANCO /FRUTA	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS) *PAN INTEGRAL/LACTEOS	*TORTILLA DE PATATAS/ESPINACA) *PAN BLANCO/FRUTA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA (LAZOS) (CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACÍN, BERENJENAS...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL *PAN BLANCO /FRUTA	*LASAÑA RELLENA DE CARNE CON QUESO GRATINADO *PAN BLANCO /FRUTA	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA) *PAN BLANCO/FRUTA	*HUEVOS RELLENOS CON ATÚN, JAMON YORK) *PAN INTEGRAL/LACTEOS	*SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍA VERDES *PAN BLANCO/FRUTA
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS	*ARROZ A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GAMBAS, GUISANTE, JAMÓN Y J.K.)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, ATÚN,)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA *PAN BLANCO /FRUTA	*FRITURA ANDALUZA CON ENSALADA MIXTA. *PAN BLANCO /FRUTA	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA *PAN INTEGRAL/LACTEOS	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE *PAN BLANCO/FRUTA	*HAMBURGUESA TERNERA (CON CEBOLLA, LECHUGA, SALSAS) PAN HAMBURGUESA /FRUTA
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA (VAINAS DE CALAMAR, GAMBAS, MENESTRA...)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA) *PAN BLANCO /FRUTA	*ALBONDIGAS EN SALSA PATATAS AL HORNO *PAN BLANCO /FRUTA	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL *PAN BLANCO /FRUTA		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado), maíz, zanahoria y remolacha /ZANAHORIAS ALIÑADAS

*VARIEDAD EN LA PASTA (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) *POSTRE: FRUTA DE TEMPORADA, YOGURT, NATILLA, FLAN....

MENÚ HIPOCALÓRICA SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PAPA CON CHOCOS	*ARROZ A LA CUBANA
		*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*CARNE MECHADA CON MENESTRAS	*HUEVOS AL HORNO CON MENESTRA
		*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN INTEGRAL /FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LETENJAS CON ZANAHORIA	*PASTA A LA BOLOÑESA/EN BLANCO/CARBONARA	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN....)
	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	*FILETE ADOBADO CON SALTEADO	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*TORTILLA FRANCESA/ESPINACA
	*PAN INTEGRAL /FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN INTEGRAL/FRUTA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA (CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACÍN, BEREJENAS...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*LASAÑA RELLENA DE CARNE CON QUESO GRATINADO	*MERLUZA LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*HUEVOS RELLENOS CON ATÚN, JAMON YORK Y ENSALADA MIXTA	*SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍA VERDES
	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN INTEGRAL/FRUTA
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS	*ARROZ A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GUISANTE, JAMÓN YORK Y GAMBAS)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, ATÚN)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	*HAMBURGUESA TERNERA(CON CEBOLLA, LECHUGA,SALSAS)
	*PAN INTEGRAL /FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN HAMBURGUESA /FRUTA
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA (VAINAS DE CALAMAR, GAMBAS, MENESTRA...)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL		
	*PAN INTEGRAL /FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado), maíz, zanahoria y remolacha /ZANAHORIAS ALIÑADAS

*VARIEDAD EN LA PASTA (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) *POSTRE: FRUTA DE TEMPORADA, YOGURT, NATILLA, FLAN....

MENÚ SIN GLUTEN SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PAPA CON CHOCOS	*ARROZ A LA CUBANA
		*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*CARNE MECHADA CON MENESTRAS	*HUEVOS AL HORNO CON VERDURA
		*PAN SIN GLUTEN/FRUTA	*PAN SIN GLUTEN/FRUTA	*PAN SIN GLUTEN/LACTEOS	*PAN SIN GLUTEN/FRUTA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LETENJAS CON ZANAHORIA	*PASTA A LA BOLOÑESA/EN BLANCO/CARBONARA	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN...)
	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	*FILETE ADOBADO CON SALTEADO	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*TORTILLA FRANCESA/ESPINACA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA (CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACÍN, BEREJENAS...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*LASAÑA RELLENA DE CARNE CON QUESO GRATINADO	*MERLUZA LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*HUEVOS RELLENOS CON ATÚN, JAMÓN YORK Y ENSALADA MIXTA	*SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍA VERDES
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS	*ARROZ A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GUISANTE, JAMÓN YORK)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, ATÚN)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	*HAMBURGUESA TERNERA (CON CEBOLLA, LECHUGA, SALSAS)
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA (VAINAS DE CALAMAR, GAMBAS, MENESTRA...)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL		
	*PAN SIN GLUTEN /FRUTA	*PAN SIN GLUTEN/FRUTA	*PAN SIN GLUTEN/FRUTA		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado), maíz, zanahoria y remolacha /ZANAHORIAS ALIÑADAS

*VARIEDAD EN LA PASTA (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) *POSTRE: FRUTA DE TEMPORADA, YOGURT, NATILLA, FLAN....

MENÚ SIN LACTOSA SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PAPA CON CHOCOS	*ARROZ A LA CUBANA
		*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*CARNE MECHADA CON MENESTRAS	*HUEVOS AL HORNO CON VERDURA
		*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO	PAN INTEGRAL/YOGUR S/L	*PAN BLANCO/FRUTA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LETENJAS CON ZANAHORIA	*PASTA A LA BOLOÑESA/EN BLANCO/CARBONARA	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN...)
	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	*FILETE ADOBADO CON SALTEADO	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*TORTILLA FRANCESA/ESPINACA
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/YOGUR S/L	*PAN BLANCO/FRUTA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA (CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACÍN, BEREJENAS...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*LASAÑA RELLENA DE CARNE CON QUESO GRATINADO	*MERLUZA LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*HUEVOS RELLENOS CON ATÚN, JAMÓN YORK Y ENSALADA MIXTA	*SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍA VERDES
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO/FRUTA	*PAN BLANCO/FRUTA	*PAN INTEGRAL/YOGUR S/L	*PAN BLANCO/FRUTA
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS	*ARROZ A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GUISANTE, JAMÓN YORK)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACÍN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, ATÚN)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	*HAMBURGUESA TERNERA (CON CEBOLLA, LECHUGA,SALSAS)
	*PAN SIN GLUTEN /FRUTA	*PAN SIN GLUTEN /FRUTA	*PAN INTEGRAL/YOGUR S/L	*PAN BLANCO/FRUTA	*PAN DE HAMBURGUESA
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA (VAINAS DE CALAMAR, GAMBAS, MENESTRA...)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL		
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado), maíz, zanahoria y remolacha /ZANAHORIAS ALIÑADAS

*VARIEDAD EN LA PASTA (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) *POSTRE: FRUTA DE TEMPORADA, YOGOURT, NATILLA, FLAN

MENÚ SIN CARNE SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PAPA CON CHOCOS	*ARROZ A LA CUBANA
		*TORTILLA DE PATATAS/ESPINACA	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*LASAÑA DE VERDURA	*HUEVOS FRITOS CON PATATA FRITAS
		*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LACTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LETENJAS CON ZANAHORIA	*PASTA A LA BOLOÑESA/EN BLANCO	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)
	*PIZA DE VERDURA	*GALLO A LA PLANCHA CON AJILLO/SALSA VERDE	*HUEVOS RELLENOS CON ATÚN Y ENSALADA MIXTA	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*TORTILLA DE PATATAS/ESPINACA)
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA (LAZOS) (CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACIN, BERENJENAS...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*LASAÑA RELLENA DE VERDURA QUESO GRATINADO	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*HUEVOS RELLENOS CON ATÚN)	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO/FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS	*ARROZ A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GUISANTE))	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, ATÚN,)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*TORTILLA DE PATATAS/ESPINACA	*FRITURA ANDALUZA CON ENSALADA MIXTA.	*SANDWICH VEGETAL	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	*HAMBURGUESA TERNERA (CON CEBOLLA, LECHUGA, SALSAS)
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA	PAN HAMBURGUESA /FRUTA
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA (VAINAS DE CALAMAR, GAMBAS, MENESTRA...)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*TORTILLA DE PATATAS/ESPINACA	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL		
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado), maíz, zanahoria y remolacha /ZANAHORIAS ALIÑAD*VARIEDAD EN LA PASTA (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) *POSTRE: FRUTA DE TEMPORADA, YOGOURT, NATILLA, FLAN....

MENÚ SIN PESCADO SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PAPA GUISADA	*ARROZ A LA CUBANA
		*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*HUEVOS RELLENOS CON JAMON YORK Y ENSALADA MIXTA	*FILETE ADOBADO CON MENESTRAS	*HUEVOS FRITOS CON PATATA FRITAS
		*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LETENJAS CON ZANAHORIA	*PASTA A LA BOLOÑESA/EN BLANCO	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PAPA ALIÑA (CEBOLLA, PEREJIL)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN...)
	* FILETE DE POLLO CON CALABACIN A LA PLANCHA	*TORTILLA FRANCESA/ESPINACA	*FILETE ADOBADO CON SALTEADO	**ALBONDIGAS EN SALSA	*TORTILLA DE PATATA/ESPINACA
	*PAN BLANCO /FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO /FRUTA DE TEMPORADA	*PAN BLANCO /FRUTA DE TEMPORADA	*PAN INTEGRAL/PRODUCTOS LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA DE TEMPORADA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA (CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACIN, BEREJENA)	*PAPA ALIÑA (CEBOLLA, PEREJIL)	*GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA	*LASAÑA RELLENA DE CARNE CON QUESO GRATINADO	*ALBONDIGAS CON TOMATE	*HUEVOS RELLENOS CON JAMON YORK Y ENSALADA	*SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍA VERDES
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO/FRUTA	*PAN BLANCO/FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS	*ARROZ A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GUISANTE, JAMÓN Y JK)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, ATÚN, PIMIENTO MORRONES)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA	*PIZZA DE CON TOMATE JAMON YORK Y QUESO	*POLLO ASADO, CALABACÍN A LA PLANCHA	*HUEVOS RELLENOS CON JAMON YORK Y ENSALADA MIXTA	*HAMBURGUESA TERNERA (CON CEBOLLA, LECHUGA, SALSAS)
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA	*PAN BLANCO /TEMPORADA
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA (VAINAS DE CALAMAR, GAMBAS, MENESTRA...)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	*TORTILLA PATATAS/ESPINACA)	*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*HUEVOS RELLENOS CON JAMON YORK Y ENSALADA MIXTA		
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado), maíz, zanahoria y remolacha /ZANAHORIAS ALIÑADAS

*VARIEDAD EN LA PASTA (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) *POSTRE: FRUTA DE TEMPORADA, YOGURT, NATILLA, FLAN....

MENÚ SIN PESCADO Y SIN MARISCO SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PAPA GUISADA	*ARROZ A LA CUBANA
		*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO	*HUEVOS RELLENOS CON JAMON YORK Y ENSALADA	*FILETE ADOBADO CON MENESTRAS	*HUEVOS FRITOS CON PATATA FRITAS
		*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LETENJAS CON ZANAHORIA	*PASTA A LA BOLOÑESA/EN BLANCO	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PAPA ALIÑA (CEBOLLA, PEREJIL)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN...)
	* FILETE DE POLLO CON CALABACIN A LA PLANCHA *PAN BLANCO /FRUTA	*TORTILLA FRANCESA/ESPINACA *PAN BLANCO /FRUTA	*FILETE ADOBADO CON SALTEADO *PAN BLANCO /FRUTA	**ALBONDIGAS EN SALSA *PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*TORTILLA DE PATATA/ESPINACA *PAN BLANCO/FRUTA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA (CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACIN, BEREJENA)	*PAPA ALIÑA (CEBOLLA, PEREJIL)	*GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA *PAN BLANCO /FRUTA	*LASAÑA RELLENA DE CARNE CON QUESO GRATINADO *PAN BLANCO/FRUTA	*ALBONDIGAS CON TOMATE *PAN BLANCO/FRUTA	*HUEVOS RELLENOS CON JAMON YORK Y ENSALADA *PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍA VERDES *PAN BLANCO/FRUTA
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS	*ARROZ A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GUISANTE, JAMÓN Y JK)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, PIMIETO MORRONES)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA *PAN BLANCO /FRUTA	*PIZZA DE CON TOMATE JAMON YORK Y QUESO *PAN BLANCO /FRUTA	*POLLO ASADO, CALABACÍN A LA PLANCHA *PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*HUEVOS RELLENOS CON JAMON YORK Y ENSALADA MIXTA *PAN BLANCO/FRUTA	*HAMBURGUESA TERNERA (CON CEBOLLA, LECHUGA, SALSAS) *PAN BLANCO /TEMPORADA
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA (VERDURA Y POLLO)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	*TORTILLA PATATAS/ESPINACA *PAN BLANCO /FRUTA	*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS AL HORNO *PAN BLANCO /FRUTA	*HUEVOS RELLENOS CON JAMON YORK Y ENSALADA *PAN BLANCO /FRUTA		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado), maíz, zanahoria y remolacha /ZANAHORIAS ALIÑADAS

*VARIEDAD EN LA PASTA (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) *POSTRE: FRUTA DE TEMPORADA, YOGOURT, NATILLA, FLAN....

MENÚ DIABÉTICO SEPTIEMBRE (las cantidades de los productos de Hidrato de carbono serán medidos para su consumo)

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO.)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS (15 GR)	*PAPAS CON CHOCOS (1 CAZO)	* ARROZ INTEGRAL CON TOMATE (15 GR)
		*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS LA HORNO (50 GR)	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*FILETE ADOBADO CON MENESTRAS	**HUEVOS AL HORNO CON VERDURA
		*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LENTEJAS CON ZANAHORIAS (1 CAZO)	* PASTA INTEGRAL A LA BOLOÑESA O BLANCO (1 CAZO)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO.)	PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL) (1 CAZO)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)
	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA)	* GALLO A LA PLANCHA EN SALSA VERDE CON ENSALADA	* SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDES	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*TORTILLA FRANCESAS/ESPINACA)
	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA INTEGRAL (1 CAZO)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACIN, BERENJENAS...)	PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL) (1 CAZO)	*GARBANZOS CON ACELGAS (1 CAZO)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO.)
	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL		*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO.)	*HUEVOS RELLENOS (CON ATÚN)	*SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍAS VERDES
	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS (1 CAZO)	*ARROZ INTEGRAL A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GUISANTES (15 GR)	PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS (15 GR)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA	*GALLO A LA PLANCHA EN SALSA VERDE	* FILETE DE POLLO A LA PLANCHA CON CALABACIN	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*HAMBURGUESA TERNERA CON ENSALDA MIXTA
	*PAN INTEGRAL /FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA INTEGRAL (VAINAS DE CALAMAR,GAMBAS, MENESTRA) (1 CAZO)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO.)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS (15 GR)		
	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO.)	*ALBONDIGAS EN SALSA CON PATATAS LA HORNO (50 GR)	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL		
	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/FRUTA DE T	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado)

*VARIEDAD EN LA PASTA INTEGRAL (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) **POSTRE:** FRUTA DE TEMPORADA, YOGOURT, NATILLA, FLAN,

MENÚ DIABÉTICO SEPTIEMBRE (las cantidades de los productos de Hidrato de carbono serán medidos para su consumo)

RACIÓN DE LÁCTEOS: LECHE DESNATADA (A+D) Y YOGURT NATURAL DESNATADO.

RACIÓN DE VERDURAS:

300 GR: BERENJENAS, BRECOL, CALABACÍN, CHAMPIÑONES, COLIFLOR, COL, LECHUGA, TOMATES
150 GR: JUDÍA VERDES

RACIÓN DE FRUTAS:

150 GR: MELÓN Y SANDIA
100 GR: MANDARINA, NARANJAS, MANZANAS
50GR: PLÁTANOS.

RACIÓN DE PROTEINAS:

65 GR: PESCADO BLANCO O AZUL
50 GR: CARNE
1 HUEVO

RACIÓN DE FARINACEOS **FARINÁCEOS 2 RACIÓN=1 CAZO DE ALIMENTOS YA COCINADO**

50 GR: PATATAS
20 GR: GARBANZOS, JUDIAS, LENTEJAS, PAN INTEGRAL
15 GR: ARROZ, ESPAGUETIS, PASTA DE SOPA, MACARRONES, PURÉ DE PATATA COMERCIAL. **INTEGRAL**

MENÚ DE TURMIX SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PURE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PURÉ DE PAPA CON CHOCOS	*PURE ARROZ A LA CUBANA
		*PURE ALBONDIGAS EN SALSA DE TOMATE PATATAS AL HORNO	*PURÉ DE PEZ ESPADA AL AJILLO	* PURE CARNE MENCHADA CON MENESTRAS	*PURÉ DE HUEVOS CON PATATAS
		*FRUTA TRITURADA	*FRUTA TRITURADA	*LACTEOS	**FRUTA TRITURADA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*PURÉ DE ESTOFADO DE LENTEJAS (PATATAS, TOMATES...)	*PURÉ DE PASTA (CARNE PICADA Y TOMATE)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PURÉ DE PATATAS (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	* PURE PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)
	*PURE DE POLLO CON CALABACIN	* PURE GALLO A LA PLANCHA CON AJILLO/SALSA VERDE	* FILETE DE CARNE	* PURE DE MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*PURÉ DE HUEVOS CON PATATAS
	* FRUTA TRITURADA	* FRUTA TRITURADA	* FRUTA TRITURADA	*LÁCTEOS	* FRUTA TRITURADA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*PURÉ DE PASTA (CARNE PICADA Y TOMATE)	*PURÉ DE VERDURAS (PIMIENTO, CALABACIN, BEREJENAS...)	*PURÉ DE PATATAS (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	* PURE DE GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	* PURÉ DE PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*LASAÑA RELLENA DE CARNE CON QUESO GRATINADO	* PURE DE MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*PURE HUEVOS RELLENOS CON ATÚN, JAMON YORK)	* PURE DE SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍA VERDES
	* FRUTA TRITURADA	* FRUTA TRITURADA	* FRUTA TRITURADA	*LÁCTEOS	* FRUTA TRITURADA
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*PURÉ DE ESTOFADO DE LENTEJAS (PATATAS, TOMATES..)	*PURÉ DE ARROZ (TORTILLA, GUISANTE, JAMÓN YORK)	* PURE DE PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)	*PURE DE PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, ATÚN,	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*PURE DE CARNE CON VERDURA	*PURE DE PESCADO DE GALLO	*PURE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*PURE DE GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	* PURE DE POLLO CON VERDURAS
	* FRUTA TRITURADA	*FRUTA TRITURADA	LÁCTEOS	*FRUTA TRITURADA	*FRUTA TRITURADA
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PURÉ DE ARROZ MIXTA (VAINAS DE CALAMAR, GAMBAS, MENESTRA...)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PURE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	* PURE DE MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*PURE ALBONDIGAS EN SALSA DE TOMATE PATATAS AL HORNO	*PURÉ DE PEZ ESPADA AL AJILLO		
	* FRUTA TRITURADA	*FRUTA TRITURADA	*FRUTA TRITURADA		

MENÚ SIN MARISCO SEPTIEMBRE

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
1ª		*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS	*PAPA CON CHOCOS	*ARROZ A LA CUBANA
		*ALBONDIGAS EN SALSA PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*CARNE MENCHADA CON MENESTRAS	*HUEVOS FRITOS CON PATATA FRITAS
		*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LACTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
2ª	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
	*LETENJAS CON ZANAHORIA	*PASTA A LA BOLOÑESA/EN BLANCO	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)
	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*GALLO A LA PLANCHA CON AJILLO/SALSA VERDE	*FILETE ADOBADO CON SALTEADO	*MERLUZA A LA MARINERA (CON ALMEJAS Y GAMBAS)	*TORTILLA DE PATATAS/ESPINACA)
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
3ª	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
	*ENSALADA DE PASTA (LAZOS) (CEBOLLA, PIMIENTO, TOMATE)	*SALTEADO CAMPESTRE (PIMIENTO, CALABACIN, BERENJENAS...)	*PAPA ALIÑA (ATÚN, CEBOLLA, PEREJIL)	*GARBANZOS CON ACELGAS	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)
	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL	*LASAÑA RELLENA DE CARNE CON QUESO GRATINADO	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*HUEVOS RELLENOS CON ATÚN, JAMON YORK)	*SOLOMILLO A LA PLANCHA CON JUDÍA VERDES
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO/FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA
4ª	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
	*ESTOFADO CON LENTEJAS	*ARROZ A LAS TRES DELICIAS (TORTILLA, GUISANTE, JAMÓN Y JK)	*PISTO (PATATAS, PIMIENTOS, CEBOLLA, CALABACIN, BERENJENA)	*ENSALADILLA RUSA (PATATAS, ZANAHORIAS, HUEVOS DUROS, ATÚN,)	*PURÉ DE ZANAHORIAS (PATATAS Y VERDURAS)
	*FILETE ADOBADO CON MENESTRA	*FRITURA ANDALUZA CON ENSALADA MIXTA.	*FILETE DE POLLO CON CALABACÍN A LA PLANCHA	*GALLO A LA PLANCHA CON SALSA VERDE	*HAMBURGUESA TERNERA (CON CEBOLLA, LECHUGA, SALSAS)
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN INTEGRAL/LÁCTEOS	*PAN BLANCO/FRUTA	PAN HAMBURGUESA /FRUTA
5ª	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30		
	*PAELLA MIXTA (VERDURA Y POLLO)	*SALMOREJO ACOMPAÑADO (PEPINO, HUEVO DURO...)	*POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS CON CALABAZAS		
	*MERLUZA A LA ROTEÑA (TOMATE, PIMIENTO, CEBOLLA)	*ALBONDIGAS EN SALSA PATATAS AL HORNO	*PEZ ESPADA CON AJO Y PEREJIL		
	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA	*PAN BLANCO /FRUTA		

*ENSALADA MIXTA: lechuga, atún (una vez a la semana, excepto lo alérgico al pescado), maíz, zanahoria y remolacha /ZANAHORIAS ALIÑADAS

*VARIEDAD EN LA PASTA (TALLARINES, MACARRONES, ESPAGUETTI, ESPIRALES...) *POSTRE: FRUTA DE TEMPORADA, YOGOURT, NATILLA, FLAN....

