



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 ALIÑADO 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				Borraja 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.															
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 verduritas 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.															
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.															
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 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 GLUTEN

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Pasta S/G con salsa de tomate Pollo rebozado con harina de maíz 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		Pasta S/G con salsa de tomate Pollo rebozado con harina de maíz Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada		Lentejas a la riojana (chorizo y verduras) Filete de merluza al horno Variedad de lechugas 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 (S/G) con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados 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 (S/G) 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 (S/G) con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Yogurt		Garbanzos y patata y aceite de oliva Jamoncitos de pollo al horno Lechuga, tomate y olivas Fruta de temporada		Brócoli con patata y aceite de oliva Albondigas de ternera con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
LUNES	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 20%;"> <p>Espirales (S/G) al estilo italiano (salsa de tomate casero) Lomo al horno Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada</p> </div> <div style="width: 20%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 20%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 20%; text-align: center;"> <p>COMEDOR ESCOLAR</p> </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





MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN LACTOSA

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo sin leche Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada		Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada		Arroz con verduritas Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt de soja		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo sin leche Lechuga, maiz y soja Fruta de temporada		Lentejas guisadas con 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 champiñones Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maiz y soja Yogurt de soja		Borrajá con patata Filete de pavo con queso (S/L) 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 Filete de merluza al horno Lachuga, maiz 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 de soja		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 Fingers de pescado 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 AÑIRADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN PLV

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo sin leche Lechuga, olivas y maiz Fruta de temporada		Judías blancas guisadas Bacalao al horno con pimentón Lechuga, tomate y maiz Fruta de temporada		Arroz con verduritas Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt de soja		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo sin leche Lechuga, maiz y soja Fruta de temporada		Lentejas guisadas con 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 (s/leche) Revuelto de champiñones Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maiz y soja Yogurt de soja		Borraja con patata Filete de pavo al horno Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo vegetal 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 Filete de merluza al horno Lachuga, maiz 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 de soja		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 Fingers de pescado 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 ALIADO 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 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		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 maiz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de patatas Lachuga, 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 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 PESCADO Y SIN MARISCO

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		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 maiz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con salsa de tomate casero Tortilla de patatas Lachuga, 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 AÑAJADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES 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; align-items: center;"> <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 style="width: 20%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 20%; 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 MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN FRUTOS SECOS

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

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 Lechuga, 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 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 FRUTOS SECOS. NO KIWI Y TODA FRUTA PELADA

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo</p> <p>Lechuga, olivas y maíz</p> <p>Fruta de temporada*</p>		<p>Judías blancas guisadas</p> <p>Bacalao al horno con pimentón</p> <p>Lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de temporada*</p>		<p>Arroz con verduritas</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Fruta de temporada*</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensaladas</p> <p>Fruta de temporada*</p>	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	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 de temporada</p> <p>Revuelto de jamón</p> <p>Espirales con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada*</p>		<p>Garbanzos guisados</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata</p> <p>Filete de pavo con loncha de queso</p> <p>Lechuga, olivas y tomate</p> <p>Fruta de temporada*</p>		<p>Sopa de caldo con pasta</p> <p>Filete de abadejo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Fruta de temporada*</p>	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
<p>Arroz con salsa de tomate casero</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Lachuga, maíz y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada*</p>		<p>Lentejas guisadas con verduritas</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 al horno</p> <p>Salsa de naranja</p> <p>Lechuga, zanahoria y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Garbanzos con patata y aceite de oliva</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno</p> <p>Lechuga, tomate y olivas</p> <p>Fruta de temporada*</p>		<p>Brócoli con patata y aceite de oliva</p> <p>Albóndigas 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;"> <div style="width: 20%;"> <p>Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero)</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso</p> <p>Lechuga, olivas y soja</p> <p>Fruta de temporada*</p> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;"> <p>COMEDOR ESCOLAR</p> </div> </div>							

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
 COCINADO Y ALIÑADO 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 POLLO Y SIN PAVO

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de ternera</p> <p>Lechuga, olivas y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Judías blancas guisadas</p> <p>Bacalao al horno con pimentón</p> <p>Lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Arroz con verduritas</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de ternera</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Variedad de ensaladas</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
<p>Arroz con salsa de tomate, cebolla y calabacín</p> <p>Tortilla francesa</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Crema de verduritas de temporada</p> <p>Revuelto de jamón</p> <p>Espirales con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos guisados</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata</p> <p>Lomo con loncha de queso</p> <p>Lechuga, olivas y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de caldo vegetal con pasta</p> <p>Filete de abadejo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
<p>Arroz con salsa de tomate casero</p> <p>Filete de merluza al horno</p> <p>Lachuga, maíz y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduritas</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 al horno</p> <p>Salsa de naranja</p> <p>Lechuga, zanahoria y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Garbanzos con patata y aceite de oliva</p> <p>Lomo al horno</p> <p>Lechuga, tomate y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Brócoli con patata y aceite de oliva</p> <p>Albóndigas 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;"> <div style="width: 20%;"> <p>Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero)</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso</p> <p>Lechuga, olivas y soja</p> <p>Fruta de temporada</p> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;"> <p>COMEDOR ESCOLAR</p> </div> </div>							

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

SERHS FOOD
 27 de Agosto 2024
 Dieta Balanceada y Nutrición
 Gemma Puga Nuñez
 Col. Núm. CAT001522



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN GARBANZOS

LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo</p> <p>Lechuga, olivas y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Judias blancas guisadas</p> <p>Bacalao al horno con pimentón</p> <p>Lechuga, tomate y maíz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Arroz con verduritas</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas a la riojana (chorizo y verduras)</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 de temporada</p> <p>Revuelto de jamón y queso</p> <p>Espirales con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas estofadas con espinacas</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga, maíz y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata</p> <p>Lomo con loncha de queso</p> <p>Lechuga, olivas y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de caldo con pasta</p> <p>Filete de abadejo al horno</p> <p>Lechuga, zanahoria y maíz</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, maíz y zanahoria</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Lentejas guisadas con verduritas</p> <p>Tortilla espinacas</p> <p>Lechuga, pepino y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Macarrones con aceite de oliva y oregano</p> <p>Bacalao al horno</p> <p>Salsa de naranja</p> <p>Lechuga, zanahoria y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Judias blancas con patata y aceite de oliva</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno</p> <p>Lechuga, tomate y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Brócoli con patata y aceite de oliva</p> <p>Albóndigas 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;"> <div style="width: 20%;"> <p>Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero)</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso</p> <p>Lechuga, olivas y soja</p> <p>Fruta de temporada</p> </div> <div style="width: 40%; text-align: center;"> </div> <div style="width: 20%; text-align: right;"> <p>COMEDOR ESCOLAR</p> </div> </div>							

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 LENTEJAS

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 verduras Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada		Garbanzos 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 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 Lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Garbanzos guisados con verduras 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 merluza 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 ECOLÓGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN ALUBIAS

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		Garbanzos guisados 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 con espinacas 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 Lechuga, 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 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 LENTEJAS Y SIN ALUBIAS

LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo</p> <p>Lechuga, olivas y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos guisados</p> <p>Bacalao al horno con pimentón</p> <p>Lechuga, tomate y maiz</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Arroz con verduritas</p> <p>Tortilla de patatas</p> <p>Lechuga, zanahoria y pepino</p> <p>Yogurt</p>		<p>Espirales con salsa de tomate</p> <p>Escalopa de pollo</p> <p>Lechuga, maiz y soja</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos a la riojana (chorizo y verduras)</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 de temporada</p> <p>Revuelto de jamón</p> <p>Espirales con aceite y oregano</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Garbanzos guisados</p> <p>Filete de merluza al horno con base de cebolla</p> <p>Lechuga, maiz y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Borrajá con patata</p> <p>Filete de pavo con loncha de queso</p> <p>Lechuga, olivas y tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Sopa de caldo con pasta</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>Garbanzos guisados con verduritas</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 al horno</p> <p>Salsa de naranja</p> <p>Lechuga, zanahoria y soja</p> <p>Yogurt</p>		<p>Garbanzos con patata y aceite de oliva</p> <p>Jamoncitos de pollo al horno</p> <p>Lechuga, tomate y olivas</p> <p>Fruta de temporada</p>		<p>Brócoli con patata y aceite de oliva</p> <p>Albóndigas 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;"> <div style="width: 25%;"> <p>Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero)</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso</p> <p>Lechuga, olivas y soja</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



NO PASTA

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

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



TODOS LOS MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL

LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales con queso Escalopa de pollo (c/pan rallado) Lechuga y olivas negras Yogurt natural		Macarrones con champiñones Bacalao al horno Lechuga y tomate (max 50g) Yogurt natural		Arroz con alcachofas Tortilla francesa Lechuga y pepino Yogurt natural		Espirales con queso Escalopa de pollo (c/pan rallado) Lechuga y pepino (max 50g) Yogurt natural		Puré de patata Filete de merluza al horno Variedad de lechugas Yogurt natural	
LUNES	16	MARTES	17	MIERCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Arroz con calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga y pepino (max 50g) Yogurt natural		Crema de brocoli con patata Revuelto de queso Espirales con aceite y oregano Yogurt natural		Macarrones con espinacas Filete de merluza al horno Lechuga y pepino (max 50g) Yogurt natural		Acelgas con patata Filete de pavo con loncha de queso Lechuga, olivas negras y tomate (max 50g) Yogurt natural		Espirales con queso Filete de abadejo al horno Variedad de lechugas Yogurt natural	
LUNES	23	MARTES	24	MIERCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz con aceite y oregano Filete de merluza al horno Lechuga y tomate (max 50g) Yogurt natural		Puré de patata Tortilla francesa Lechuga, pepino (max 50g) y olivas negras Yogurt natural		Macarrones con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Lechuga y tomate (max 50g) Yogurt natural		Patata hervida aliñada con aceite de oliva Jamoncitos de pollo al horno Lechuga, tomate (max 50g) y olivas negras Yogurt natural		Brócoli con patata y aceite de oliva Dados de ternera en su jugo Champiñones Yogurt natural	
LUNES	30								
Espirales con queso Lomo al horno Lechuga y olivas negras Yogurt natural									

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCCINADO 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



NO CLARA DE HUEVO, PLV, LACTOSA

LUNES	9	MARTES	10	MIERCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales sin huevo 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 Lomo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt de soja		Espirales sin huevo con salsa de tomate Escalopa de pollo Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduras Filete de merluza al horno Variedad de ensaladas 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 Salchichas de pavo al horno Espirales (s/huevo) con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt de soja		Borrajá con patata Filete de pavo al horno Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta (sin huevo) Filete de abadejo al horno Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIERCOLES	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 Salchichas de 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 de soja		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 Filete de merluza con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
LUNES	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <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 style="width: 20%; 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 ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL

SERHS FOOD
27 de Agosto 2024
Dpto. Salud y Nutrición
Gemma Puga Nuñez
Col. Núm. CAT001522



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



SIN HUEVO, LEGUMINOSAS, PESCADO, FRUTOS SECOS, FRUTAS CON HUESO

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales sin huevo con salsa de tomate Escalopa de pollo (c/pan rallado) Lechuga, olivas y maíz Fruta de temporada*		Macarrones sin huevo con aceite y oregano Pollo al horno Lechuga, tomate y maíz Fruta de temporada*		Arroz con verduras (s/guisantes)(ni judías verdes) Dados de ternera en su jugo Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales sin huevo con salsa de tomate Escalopa de pollo (c/pan rallado) Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada*		Patatas guisadas con verduras (s/guisantes)(s/judías verdes) Dados de pavo en su jugo Variedad de ensaladas Fruta de temporada*	
LUNES	16	MARTES	17	MIÉRCOLES	18	JUEVES	19	VIERNES	20
Arroz con salsa tomate, cebolla, calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada*		Crema de verduras de temporada (s/guisantes)(ni judías verdes) Lomo al horno Espirales (s/huevo) con aceite y oregano Fruta de temporada*		Macarrones sin huevo con espinacas Pavo al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Yogurt		Borrajá con patata Filete de pavo al horno con loncha de queso Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada*		Sopa de caldo (s/guisantes)(ni judías verdes) con pasta sin huevo 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 pavo al horno Lachuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada*		Patatas guisadas con verduras (s/guisantes)(ni judías verdes) Filete de pavo al horno Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada*		Macarrones (sin huevo) con aceite de oliva y oregano Dados de ternera en su jugo Salsa de naranja Lechuga y zanahoria Yogurt		Patata hervida con aceite de oliva 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*	
LUNES	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 20%;"> <p>Espirales (sin huevo) al estilo italiano (G) (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: center;"> </div> <div style="width: 20%; text-align: center;"> <p>COMEDOR ESCOLAR</p> </div> </div>							

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 MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024

Pan integral, las cremas con leche desnatada



RICO EN FIBRA, NO LACTEOS
ENTEROS, ARROZ, PASTA BLANCA,
PATATA

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Macarrones integrales 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 integral con verduras Tortilla a la francesa Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Macarrones integrales 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 integral con salsa tomate, cebolla y calabacín Bistec de pollo al horno Lechuga, zanahoria y pepino Fruta de temporada		Crema de verduritas de temporada Revuelto de jamón Macarrones integrales con aceite y oregano Fruta de temporada		Garbanzos estofados con espinacas Filete de merluza al horno con base de cebolla Lechuga, maíz y soja Fruta de temporada		Borraja al vapor Lomo a la plancha Lechuga, olivas y tomate Fruta de temporada		Sopa de caldo con pasta integral Filete de abadejo al horno Lechuga, zanahoria y maíz Fruta de temporada	
LUNES	23	MARTES	24	MIÉRCOLES	25	JUEVES	26	VIERNES	27
Arroz integral con salsa de tomate casero Filete de merluza al horno Lechuga, maíz y zanahoria Fruta de temporada		Lentejas guisadas con verduritas (S) Tortilla de espinacas (H) Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones integrales con aceite de oliva y oregano Bacalao al horno Salsa de naranja Lechuga, zanahoria y soja Fruta de temporada		Garbanzos con 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; align-items: center;"> <div style="width: 20%;"> Macarrones integrales al estilo italiano (salsa de tomate casero) Lomo al horno Lechuga, olivas y soja Fruta de temporada </div> <div style="width: 40%; text-align: center;">   </div> <div style="width: 20%; text-align: center;">  </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 MIÉRCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL



MENÚ SEPTIEMBRE 2024



NO LEGUMINOSAS NO PESCADO

LUNES	9	MARTES	10	MIÉRCOLES	11	JUEVES	12	VIERNES	13
Espirales con salsa de tomate Pollo rebozado con pan rallado 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) Tortilla de patatas Lechuga, zanahoria y pepino Yogurt		Espirales con salsa de tomate Pollo rebozado con pan rallado Lechuga y maiz Fruta de temporada		Patatas guisadas con verduras (ni guisantes) Tortilla francesa Variedad de lechugas 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 (s/guisantes) Revuelto con champiñones Espirales con aceite y oregano Fruta de temporada		Espirales con espinacas Filete de pavo con base de cebolla Lechuga y maiz Yogurt		Borrajá con patata Lomo al horno 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 Lachuga, maiz y zanahoria Fruta de temporada		Patatas guisadas amb verduras (s/guisantes) Tortilla de espinacas Lechuga, pepino y olivas Fruta de temporada		Macarrones 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 Lomo al horno con salsa de tomate Champiñones Fruta de temporada	
MARTES	30	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 20%;"> <p>Espirales al estilo italiano (salsa de tomate casero) Hamburguesa de coliflor y queso 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 ALIÑADO CON ACEITE DE OLIVA Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL



TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL