

Menú Septiembre 2021

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1ª Semana	13 Espirales con verduras y salsa de tomate ¹ Lomo de merluza con verduras ⁴ Fruta	14 Sopa de cocido con fideos ¹ Cocido completo (ternera, pollo, zanahoria y patata) Fruta	15 Garbanzos con trampó (tomate, cebolla y pimiento) Tortilla de patatas con ensalada ³ Fruta/ Yogur ⁷ / Gelatina	16 Ensaladilla rusa ^{3,4} Pechuga de pollo en salsa con verduras Fruta	17 Puré de calabaza Figuritas de pescado con ensalada ^{1,4} Fruta
Cena	Alcachofas con jamón Hamburguesa de espinacas Fruta	Tortilla de patata con ensalada Fruta	Sandwich de atún con tomate natural y queso Fruta	Ensalada de quinoa Lubina al horno con cebolla Fruta	Sopa juliana Pechuga de pollo con patatas Fruta
2ª Semana	20 Arroz 3 delicias ^{3,4,6,7} Filete de lenguado con verduras variadas ^{1,4} Fruta/ Yogur ⁷ / Gelatina	21 Puré de calabacín Pizza de jamón york y queso ^{1,6,7} Fruta	22 Sopa maravilla ¹ Revuelto de pechuga de pollo con queso con ensalada variada ^{3,6,7} Fruta	23 Lentejas con verduras Albóndigas de ternera con patata hervida ^{1,3} Fruta	24 Macarrones con verduras ¹ Lomo de lenguado en salsa de tomate con ensalada ⁴ Fruta
Cena	Ensalada de patata, huevo, atún y zanahoria Calamares a la plancha Fruta	Puré de calabacín Lomo adobado con ensalada Fruta	Sopa con huevo Lubina al horno con cebolla Fruta	Berenjenas rellenas con carne picada y verduras Fruta	Zanahoria hervida con patata Filete de ternera con espárragos Fruta
3ª Semana	27 Sopa de verduras Pollo al horno con ensalada de tomate Fruta	28 Lazos con tomate ¹ Medallón de merluza en salsa con ensalada ⁴ Fruta	29 Alubias blancas con verduras Filete de ternera en salsa con guisantes y zanahoria Fruta	30 Puré de espinacas Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y manzana ³ Fruta	
Cena	Ensalada variada Salmón a la plancha con ensalada Fruta	Brócoli gratinado Fiambre con ensalada Fruta	Sopa de verduras Dorada a la plancha con ensalada Fruta	Ensalada de atún con tomate Hamburguesa de legumbres Fruta	