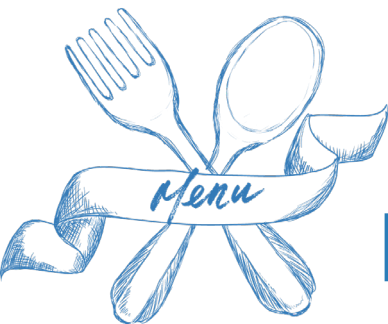




MENÚ GENERAL

- 1. GLUTEN
- 2. LÁCTEO
- 3. HUEVO
- 4. PESCADO
- 5. MOLUSCOS

- 6. CRUSTÁCEOS
- 7. CACAHUETES
- 8. FRUTOS DE CÁSCARA
- 9. SOJA
- 10. SÉSAMO

- 11. MOSTAZA
- 12. APIO
- 13. ALTRAMUCES
- 14. SULFITO



SEPTIEMBRE 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Macarrones integrales con tomate casero Contramuslo de pollo a la plancha con ensalada variada Helado 910,43 KCAL, 90,56g HC, 42,66g Prot, 40,16g Lip,	Lentejas ecológicas estofadas con verduritas Tortilla de calabacín con ensalada de tomate aliñado Fruta del tiempo 585,67 KCAL, 68,66g HC, 26,49g Prot, 20,48g Lip	Brócoli rehogado con quinoa ecológica y jamón Cinta de lomo adobada a la plancha con patatas asadas Fruta del tiempo 564,2KCAL, 64,97g HC, 30,18g Prot, 18,6g Lip	Arroz salteado con zanahoria y guisantes Albóndigas en salsa española con verduritas Fruta del tiempo 751,73 KCAL, 88,88g HC, 23,62g Prot, 32,14g Lip	Crema de calabaza asada y boniato Bacalao al horno con salsa de piquillos Fruta del tiempo 420,74 KCAL, 59,79g HC, 20,31g Prot, 9,62g Lip
Alubias blancas estofadas con verduritas Pechuga de pavo a la plancha con ensalada variada Fruta del tiempo 631,11 KCAL, 76,79g HC, 35,84g Prot, 15,68g Lip	Coditos al pomodoro con albahaca Merluza al horno con verduritas Fruta del tiempo 587,02 KCAL, 83,36g HC, 26,79g Prot, 14,71g Lip	Judías verdes rehogadas con jamon Chuleta de aguja a la plancha con ensalada variada Yogur 642,26 KCAL, 71,88g HC, 33,01g Prot, 22,61g Lip	Sopa de cocido con picadillo y garbanzos Pollo asado en su jugo con patatas fritas Fruta del tiempo 642,22 KCAL, 74,73g HC, 30,69g Prot, 22,84g Lip	Arroz con tomate frito Salmón al horno con salsa de naranja Fruta del tiempo 649,04 KCAL, 84,5g HC,27,19g Prot, 21,4g Lip
Crema de verduras frescas Pollo al ajillo con verduritas Fruta del tiempo 546,13 KCAL, 61,92g HC, 27,78g Prot, 19,01g Lip	Alubias pintas estofadas con verduras Filete de aguja a la plancha con ensalada variada Fruta del tiempo 560,66 KCAL, 74,48g HC, 25,22g Prot, 14,31g Lip	Coliflor rehogada a la murciana con tomate pera Palometa rebozada con ensalada variada Yogur 618,78 KCAL, 71,25g HC, 28,49g Prot, 23g Lip	Sopa de cocido con fideos integrales y ecológicos Lomo asado en su jugo con puré de patata Fruta del tiempo 646,91 KCAL, 79,28g HC, 30,25g Prot, 20,98g Lip	Paella de calamares y gambitas Tortilla francesa con ensalada de tomate Fruta del tiempo 630,38 KCAL, 80,63g HC, 33,33g Prot, 20,41g Lip
Lentejas estofadas con verduritas Hamburguesa a la plancha con ensalada variada Fruta del tiempo 713,69 KCAL, 69,08g HC, 28,38g Prot, 33,52g Lip	Espirales integrales con tomate casero al horno Escalope de pollo con ensalada variada Fruta del tiempo 736,14 KCAL, 85,07g Hc, 37,07g Prot, 25,55g Lip	Guisantes salteados a la francesa con jamón Merluza al horno con patata hervida Yogur 698,71 KCAL, 87,62g HC, 39,14g Prot, 17,36g Lip		