

MENÚ SIN CARNE SEPTIEMBRE. LÍNEA CALIENTE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
07	08	09	10	11
Crema de calabaza Pescado al horno con verduras PAN . FRUTA. AGUA. Energía: 594Kcal HC:68g Az:12g. Pt:24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Guiso de alubias con verduritas de temporada Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria PAN INTEGRAL . YOGUR . AGUA Energía: 594Kcal HC:68g Az:12g. Pt:24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Marmitako de pescado Merluza empanada con menestra PAN . FRUTA. AGUA. Energía:605Kcal HC:76g Az:16g Pt:25g Gr:17g St:4g Sal:1.	Macarrones integrales con salsa de tomate, calabacín y zanahoria Tz Tilapia al horno con ensalada de lechuga y maíz PAN INTEGRAL . FRUTA. AGUA. Energía:625kcal HC:83g Az:24g Pt:22g Gr:18g St:4g Sal: 1.3g	Sopa de arroz con pollo Pescado al horno con patatas PAN . FRUTA. AGUA. Energía: 603Kcal HC:68g Az:14g. Pt:24g Gr: 16g St: 5.4g Sal: 1.6g
14	15	16	17	18
Lentejas guisadas con calabaza y quinoa Tilapia al horno con zanahoria PAN . FRUTA. AGUA. Energía: 594Kcal HC:68g Az:12g. Pt:24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Crema de verduras Tortilla de patata con menestra de verduras PAN INTEGRAL . FRUTA . AGUA Energía: 594Kcal HC:68g Az:12g. Pt:24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Macarrones integrales con atún Pescado al horno con ensalada de lechuga y maíz PAN . YOGUR . AGUA Energía:558Kcal HC:59g Az:20g Pt:25g Gr:19g St: 3g Sal: 1.3g	Potaje de habichuelas Tilapia al horno en salsa zanahoria con judías verdes PAN INTEGRAL . FRUTA. AGUA. Energía: 603Kcal HC:68g Az:14g. Pt:24g Gr: 16g St: 5.4g Sal: 1.6g	Meloso de arroz Tortilla de patatas con ensalada PAN . FRUTA. AGUA. Energía:605Kcal HC:76g Az:16g Pt:25g Gr:17g St:4g Sal:1.
21	22	23	24	25
Crema calabaza con manzana Merluza empanada con ensalada de lechuga y zanahoria PAN . FRUTA. AGUA. Energía:625kcal HC:83g Az:24g Pt:22g Gr:18g St:4g Sal: 1.3g	Potaje de garbanzos Tortilla patatas con ensalada de lechuga y maíz PAN INTEGRAL . FRUTA. AGUA. Energía: 592Kcal HC:54g Az:2g Pt: 22g Gr:15g St: 3g Sal: 1.1g	Guisadillo de patatas Tilapia horno con judías verdes PAN . FRUTA. AGUA. Energía:605Kcal HC:76g Az:16g Pt:25g Gr:17g St:4g Sal:1.	Macarrones integrales con atún Pescado a la plancha con patatas PAN INTEGRAL . YOGUR . AGUA Energía: 594Kcal HC:68g Az:12g. Pt:24g Gr: 14g St: 3.4g Sal: 1.3g	Sopa de verduras con arroz Tilapia horno con ensalada de lechuga y zanahoria PAN . FRUTA. AGUA. Energía:625kcal HC:83g Az:24g Pt:22g Gr:18g St:4g Sal: 1.3g
28	29	30		
Lentejas de la huerta Pescado al horno con patatas PAN . FRUTA. AGUA. Energía:625kcal HC:83g Az:24g Pt:22g Gr:18g St:4g Sal: 1.3g	Cazuela de fideos Tilapia en salsa verde con menestra PAN INTEGRAL . FRUTA. AGUA. Energía: 592Kcal HC:54g Az:2g Pt: 22g Gr:15g St: 3g Sal: 1.1g	Guiso de alubias con chorizo Tortilla de patata con ensalada PAN . FRUTA. AGUA. Energía:625kcal HC:83g Az:24g Pt:22g Gr:18g St:4g Sal: 1.3g.		

El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias. Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos. A fin de garantizar un adecuado servicio de comedor se ruega, que los padres informen siempre y de la forma más detallada posible, tanto a la empresa de comedor como al centro escolar, de las alergias y/o intolerancias de su hijo/a. GRACIAS.

La información sobre alérgenos se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores. Debido a los procesos de elaboración de nuestros platos preparados, no es posible excluir la presencia accidental de alérgenos. Solicite la información que precise.

la pieza de fruta será de temporada, fruta ecológica o fruta IV gama y variada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado.

