

MES: Septiembre 2026

GERARDO DIEGO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandia y melón en función a su grado de maduración.				
7	8	9	10	11
Arroz con salsa de tomate Lacón al horno con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta y pan integral	Lentejas a la riojana Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan	Sopa casera de fideos con pasta integral Pollo asado con salsa barbacoa con salteado de verduras Fruta y pan integral	Salteado de garbanzos con tomate y huevo duro Lenguadina crujiente a la andaluza con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan	Crema de calabacín (eco.) Espaguetis con salsa boloñesa Yogur y pan integral
VE:3.326/796 GT:25 GS:5 HC:119 AZ:24 PROT:31 SAL:3	VE:3.256/779 GT:25 GS:6 HC:107 AZ:27 PROT:35 SAL:2	VE:2.791/668 GT:12 GS:3 HC:98 AZ:28 PROT:44 SAL:1	VE:2.844/681 GT:16 GS:9 HC:92 AZ:29 PROT:43 SAL:1	VE:2.681/641 GT:17 GS:4 HC:97 AZ:12 PROT:24 SAL:2
14	15	16	17	18
Salteado de judías verdes con zanahoria y calabacín Jamoncitos de pollo asados al romero con patatas fritas Yogur y pan integral	Paella mixta Tortilla francesa de queso con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan	Ensalada César Garbanzos estofados con salteado de verduras con tomate Fruta y pan integral	Macarrones (integrales) con salsa carbonara Salmón con salsa de tomate con ensalada fresca con lechuga y zanahoria Fruta y pan	Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata) Lomo asado con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan integral
VE:3.511/840 GT:47 GS:10 HC:73 AZ:16 PROT:27 SAL:1	VE:2.888/691 GT:14 GS:2 HC:111 AZ:25 PROT:28 SAL:1	VE:3.022/723 GT:17 GS:2 HC:98 AZ:32 PROT:25 SAL:1	VE:3.335/798 GT:29 GS:4 HC:103 AZ:26 PROT:35 SAL:1	VE:3.111/744 GT:20 GS:4 HC:100 AZ:27 PROT:44 SAL:2
21	22	23	24	25
Crema de zanahoria (eco.) Lomo a la plancha con ensalada fresca con aceitunas negras Fruta y pan integral	Sopa casera de cocido con pasta integral Cocido completo Fruta y pan	Brócoli salteado Pollo asado con tomillo con patatas panaderas Yogur y pan integral	Arroz a la milanesa Merluza en adobo con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan	Lentejas con verduras de temporada Huevos revueltos con picadillo de chorizo con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan integral
VE:2.724/652 GT:25 GS:5 HC:76 AZ:29 PROT:28 SAL:1	VE:3.562/852 GT:22 GS:7 HC:127 AZ:30 PROT:40 SAL:2	VE:2.302/551 GT:17 GS:5 HC:51 AZ:11 PROT:48 SAL:1	VE:3.681/881 GT:29 GS:4 HC:120 AZ:26 PROT:215 SAL:2	VE:2.901/694 GT:19 GS:4 HC:103 AZ:25 PROT:33 SAL:1
28	29	30		
Arroz a la napolitana Abadejo crujiente a la romana con ensalada fresca con zanahoria rallada Yogur y pan integral	Crema casera de calabaza dulce Albóndigas a la jardinera con patatas dado Fruta y pan	Macarrones (integrales) con atún Gratén de huevos con tomate con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan integral		
VE:3.815/913 GT:61 GS:9 HC:92 AZ:10 PROT:38 SAL:1	VE:3.731/893 GT:48 GS:11 HC:89 AZ:31 PROT:29 SAL:1	VE:3.466/829 GT:36 GS:7 HC:107 AZ:25 PROT:55 SAL:3		

En cumplimiento del RD 315/2025, la información sobre alérgenos presentes en cada uno de los platos está disponible en el tablón / pizarra del comedor. Contacte con su responsable en caso de duda