

Sin Huevo

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 Pavo a la plancha 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	Garbanzos salteados con salsa de tomate Lenguadina crujiente a la andaluza con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan	Crema de calabacín (eco.) Pasta (sin huevo) con boloñesa de soja Yogur y pan integral
VE:3.326/796 GT:25 GS:5 HC:119 AZ:24 PROT:31 SAL:3	VE:2.642/632 GT:13 GS:3 HC:95 AZ:29 PROT:36 SAL:1	VE:2.791/668 GT:12 GS:3 HC:98 AZ:28 PROT:44 SAL:1	VE:3.294/788 GT:14 GS:1 HC:117 AZ:34 PROT:50 SAL:1	VE:2.703/647 GT:20 GS:5 HC:85 AZ:29 PROT:24 SAL:1
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 Guiso casero de pavo con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan	Ensalada César Garbanzos estofados con salteado de verduras con tomate Fruta y pan integral	Macarrones (sin huevo) 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:3.265/781 GT:19 GS:4 HC:117 AZ:26 PROT:35 SAL:1	VE:3.022/723 GT:17 GS:2 HC:98 AZ:32 PROT:25 SAL:1	VE:3.720/890 GT:31 GS:4 HC:120 AZ:25 PROT:39 SAL:2	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.) Burrito vegetal (soja texturizada, arroz y alubia) con ensalada fresca de lechuga con tomate 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 milanese Merluza en adobo con ensalada fresca de lechuga con remolacha Fruta y pan	Lentejas con verduras de temporada Lomo a la plancha con ensalada fresca con maíz dulce Fruta y pan integral
VE:2.935/702 GT:17 GS:3 HC:108 AZ:35 PROT:27 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:2.981/713 GT:18 GS:4 HC:102 AZ:25 PROT:39 SAL:1
28	29	30		
Arroz a la napolitana Abadejo al horno 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 (sin huevo) con atún Pechuga de pollo a la plancha con ensalada fresca con aceitunas Fruta y pan integral		
VE:2.895/693 GT:17 GS:4 HC:93 AZ:10 PROT:40 SAL:1	VE:3.731/893 GT:48 GS:11 HC:89 AZ:31 PROT:29 SAL:1	VE:3.116/745 GT:22 GS:2 HC:111 AZ:23 PROT:66 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