

Alergias combinadas

**MENÚ SUPERVISADO POR PROFESIONALES CON FORMACIÓN
ACREDITADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA** 

MES: Septiembre 2026

GERARDO DIEGO

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

MARISCO, CERDO Y CONEJO. Las frutas servidas serán manzana, pera, plátano, sandía y melón en función a su grado de maduración.

1

2

3

4

7

Arroz con salsa de tomate
Pavo a la plancha con ensalada fresca con lechuga y zanahoria
Fruta y **pan integral**

8

Lentejas a la jardinera
Tortilla de patatas con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)
Fruta y pan

9

Sopa casera de fideos con **pasta integral**
Pollo asado con salsa barbacoa con salteado de verduras
Fruta y **pan integral**

10

Salteado de garbanzos con tomate y huevo duro
Lengüadina crujiente a la andaluza con ensalada fresca con maíz dulce
Fruta y pan

11

Crema de calabacín (eco.)
Espaguetis con boloñesa de soja
Yogur y **pan integral**

14

Salteado de judías verdes con zanahoria y calabacín
Jamoncitos de pollo asados al romero con patatas fritas
Yogur y **pan integral**

15

Arroz con salsa de tomate
Tortilla francesa de queso con ensalada fresca con maíz dulce
Fruta y pan

16

Crema de zanahoria fresca
Garbanzos estofados con salteado de verduras con tomate
Fruta y **pan integral**

17

Macarrones (integrales) al ajillo
Filete de lenguadina a la plancha con ensalada fresca con lechuga y zanahoria
Fruta y pan

18

Alubias blancas estofadas (tomate, puerro, pimiento, zanahoria, calabacín, apio, patata)
Pavo a la plancha con ensalada fresca con aceitunas
Fruta y **pan integral**

21

Crema de zanahoria (eco.)
Burrito vegetal (soja texturizada, arroz y alubia)
Fruta y **pan integral**

22

Sopa casera de cocido con **pasta integral**
Cocido completo (sin cerdo)
Fruta y pan

23

Brócoli salteado
Pollo asado con tomillo con patatas panaderas
Yogur y **pan integral**

24

Arroz con salsa de tomate
Abadejo a la plancha con ensalada fresca de lechuga con remolacha
Fruta y pan

25

Lentejas con verduras de temporada
Huevos revueltos con ensalada fresca con maíz dulce
Fruta y **pan integral**

28

Arroz a la napolitana
Abadejo crujiente a la romana con ensalada fresca con zanahoria rallada
Yogur y **pan integral**

29

Crema casera de calabaza dulce
Pechuga de pollo a la plancha con patatas dado
Fruta y pan

30

Macarrones (integrales) con atún
Gratén de huevos con tomate con ensalada fresca con aceitunas
Fruta y **pan integral**

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

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES