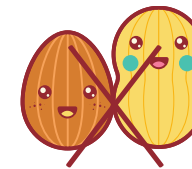


DIETA NO FRUTOS SECOS

CENTROS ESCOLARES
Septiembre y Octubre 2022



LUNES
05-SEP. -03-OCT. -31-OCT.
PURÉ DE LENTEJAS
MACARRONES A LA BOLOÑESA
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
06-SEP. -04-OCT. -01-NOV.
SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO
CROQUETAS DE MERLUZA
ENSALADA PALMERA
PAN
YOGUR DE SABORES H.

MIÉRCOLES
07-SEP. -05-OCT. -02-NOV.
PURÉ DE PUERROS Y ZANAHORIAS
JUDIAS PINTAS COMPUESTAS
ARROZ BLANCO
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
08-SEP. -06-OCT. -03-NOV.
POTAJE DE CALABACIN Y CALABAZA
PIZZA MARINERA
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
09-SEP. -07-OCT. -04-NOV.
POTAJE DE GARBANZOS Y ESPINACAS
LOMO EN SALSA DE NARANJA
PAPAS PANADERAS
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
12-SEP. -10-OCT.
SOPA DE CARNE
CRISPY DE PESCADO
PISTO DE VERDURAS
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
13-SEP. -11-OCT.
POTAJE DE LA ABUELA
PAELLA DE CARNE Y VERDURAS
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
14-SEP. -12-OCT.
CREMA DE ACELGAS
MARMITACO DE ATÚN
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
15-SEP. -13-OCT.
POTAJE DE JUDIAS PINTAS
TORTILLA CAMPERA
SALSA DE TOMATE KETCHUP
PAN
HELADO ST.

VIERNES
16-SEP. -14-OCT.
CREMA HORTELANA
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN
ARROZ BLANCO
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
19-SEP. -17-OCT.
CREMA DE PUERROS
JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
20-SEP. -18-OCT.
POTAJE DE LENTEJAS
ESPAGUETTIS A LA CASTELLANA
QUESO RALLADO
PAN
YOGUR DE SABORES H.

MIÉRCOLES
21-SEP. -19-OCT.
PURÉ DE CALABAZA
ARROZ DEL SEÑORITO
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
22-SEP. -20-OCT.
POTAJE DE BUBANGOS
LOMITOS DE PESCADO CON MOJO VERDE
PAPAS GUISADAS
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
23-SEP. -21-OCT.
POTAJE CASERO
PIZZA CAPRICIOSA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
26-SEP. -24-OCT.
POTAJE DE VERDURAS
POLLO EN SALSA TERIYAKI
ARROZ PILAW
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
27-SEP. -25-OCT.
RANCHO CANARIO
QUICHE DE CALABAZA, CHAMPIÑONES Y MOZARELLA
TOMATES ALIÑADOS
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
28-SEP. -26-OCT.
SOPA DE PESCADO
ALBÓNDIGAS ESTOFADAS
MENESTRA SALTEADA
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
29-SEP. -27-OCT.
CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA
ENSALADA DE PASTA MEDITERRÁNEA
PAN
HELADO ST.

VIERNES
30-SEP. -28-OCT.
POTAJE DE BERROS Y CALABACÍN
ROPAVIEJA DE VERDURAS
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú Basal la podrán obtener a través de su Centro Educativo. En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del Consejo Europeo y del R.D. 126/2015