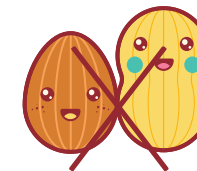


# DIETA NO FRUTOS SECOS

## CENTROS ESCOLARES

Septiembre y Octubre 2024



LUNES
09-SEP. -07-OCT.
CREMA DE CALABAZA
PABELLA VALENCIANA
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES
10-SEP. -08-OCT.
POTAJE DE TEMPORADA ATUN MECHADO CON MOJO CILANTRO
PAPAS GUIADAS
PAN
YOGUR DE SABORES

MIÉRCOLES
11-SEP. -09-OCT.
CREMA DE BERROS
ROPAVIEJA MIXTA
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES
12-SEP. -10-OCT.
SOPA DE PESCADO
JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO
GUISANTES, HABICHUELAS Y ZANAHORIAS
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

VIERNES
13-SEP. -11-OCT.
POTAJE DE LENTEJAS
EMPANADILLAS AL HORNO
ENSALADA FRESCA
PAN INTEGRAL
FRUTA DE TEMPORADA

LUNES
16-SEP. -14-OCT.
POTAJE DE JUDIAS PINTAS
LOMITOS DE MERLUZA CON MOJO CILANTRO
PANACHÉ DE VERDURAS
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES
17-SEP. -15-OCT.
SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO
ALBÓNDIGAS ESTOFADAS
PAPAS A CUADROS
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES
18-SEP. -16-OCT.
PURÉ DE PUERROS Y ZANAHORIAS
TORTILLA A LA CASERA
PAN
GELATINA

JUEVES
19-SEP. -17-OCT.
POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS
ESCALOPINES DE CERDO EN SALSA AGRIDULCE
ARROZ PILAW
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

VIERNES
20-SEP. -18-OCT.
CREMA DE CALABAZA Y BUBANGO
PIZZA DE ATÚN, ACEITUNAS Y MOZARELLA
PAN INTEGRAL
FRUTA DE TEMPORADA

LUNES
23-SEP. -21-OCT.
LENTEJAS COMPUESTAS
HUEVO DURO
ARROZ BLANCO
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES
24-SEP. -22-OCT.
PURÉ DE ESPINACAS Y CALABACÍN
MERLUZA REBOZADA AL HORNO
MENESTRA DE VERDURAS EN SALSA
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

MIÉRCOLES
25-SEP. -23-OCT.
CREMA DE VERDURAS
ESTOFADO DE POLLO CON VERDURAS
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES
26-SEP. -24-OCT.
RANCHO CANARIO
CROQUETAS DE ABADENO
ENSALADA 4 COLORES
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

VIERNES
27-SEP. -25-OCT.
POTAJE DE ZANAHORIA Y HOJAS VERDES
CANELONES BOLOÑESA
PAN INTEGRAL
HELADO ST.

LUNES
30-SEP. -28-OCT.
POTAJE DE OTOÑO
FOGONERO EN SALSA AMERICANA
PAPAS DORADAS
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

MARTES
01-OCT. -29-OCT.
PURÉ DE CALABACÍN
PASTA INTEGRAL A LA GENOVESA
PAN
GELATINA

MIÉRCOLES
02-OCT. -30-OCT.
POTAJE DE GARBANZOS
FINGERS DE POLLO ST.
ENSALADA DIVERTIDA
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

JUEVES
03-OCT. -31-OCT.
POTAJE DE CALABAZA Y BRÓCOLI
TORTILLA ESPAÑOLA
PAN
FRUTA DE TEMPORADA

VIERNES
04-OCT. -01-NOV.
SOPA DE FIDEOS
FILO DE TERNERA EN SALSA
VERDURAS DE LA HUERTA
PAN INTEGRAL
FRUTA DE TEMPORADA

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