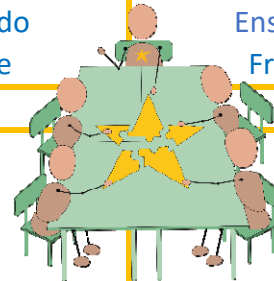


Menú de Septiembre

CURSO 22-23

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
				Crema de verduras Filete de pollo Ensalada de maíz Helado
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Sopa de estrellitas Ternera con verduritas Patatas fritas Fruta y leche	Garbanzos estofados Tortilla de patata Tomate aliñado Yogur o fruta	Coditos con tomate y chorizo Merluza a la gallega Ensalada de remolacha y manzana Fruta y leche	Lentejas con arroz integral San Jacobo Calabacín a la plancha Fruta y leche	Pure de verduras Bacalao Vizcaína Patatas al vapor Natillas
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz con tomate Albóndigas jardinera con verduritas Fruta y leche	Puré de calabacín Pollo asado Patatas fritas Yogur o fruta	Alubias pintas Tortilla de jamón Ensalada de maíz Fruta y leche	Pasta integral gratinada Bacalao rebozado Ensalada mixta Fruta y leche	Lentejas con verduras Salchichas Arroz blanco Fruta y leche
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Puré de verduras Lasaña Fruta y leche	Alubias con verduras Fogonero con tomate Ensalada mixta Yogur o fruta	Arroz caldoso de pescado Lomo adobado Tomate aliñado Fruta y leche	Lentejas con verduras Croquetas Ensalada mixta Fruta y leche	Ballarines con bechamel y baco Filete de pollo al ajillo Ensalada de zanahoria Fruta y leche



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

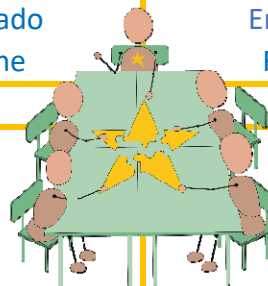
Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Viernes 9	682	41,5	58,4	29,8	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo y fruta
Sabado 10					
Domingo 11					
Lunes 12	730	34,7	90,4	23,1	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 13	761	33,1	82,4	31,4	Arroz pasta o patata,pescado o carne,fruta
Miércoles 14	745	29,4	93	26,2	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 15	837	42,1	88,8	31,2	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta olácteo
Viernes 16	651	40	80,5	16,7	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Sábado 17					
Domingo 18					
Lunes 19	766	20,5	99,3	30,3	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Martes 20	694	34,5	58	34,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta
Miércoles 21	671	34	60	28,7	Verdura cruda o cocida,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 22	792	41,3	94,5	24,7	Verdura cruda o cocida,carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 23	723	30,6	86	24,8	Arroz,pasta o patata, huevo o pescado,fruta o lácteo
Sábado 24					
Domingo 25					
Lunes 26	663	23,1	89	21,1	Arroz,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 27	670	39,9	57,9	26,3	Arroz,pasta o huevo,carne o pescado,fruta
Miércoles 28	820	28,8	89,5	36,6	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Jueves 29	802	25,1	93,8	32	Arroz pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Viernes 30	823	45,3	86,5	30,9	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
				Crema de verduras Filete de pollo Ensalada de maíz Helado
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Sopa de fideos Ternera con verduritas Patatas fritas Fruta y leche	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Tomate aliñado Yogur o fruta	Coditos con tomate y chorizo Merluza a la gallega Ensalada de remolacha y manzana Fruta y leche	Lentejas con arroz integral Filete de cerdo empanado Calabacín a la plancha Fruta y leche	Pure de verduras Bacalao Vizcaína Patatas al vapor Natillas
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz con tomate Filete de ternera con verduritas Fruta y leche	Puré de calabacín Pollo asado Patatas fritas Yogur o fruta	Alubias pintas Tortilla de jamón Ensalada de maíz Fruta y leche	Pasta gratinada (sin gluten) Bacalao rebozado(sin gluten) Ensalada mixta Fruta y leche	Lentejas con verduras Salchichas de pavo Arroz blanco Fruta y leche
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Puré de verduras Macarrones(sin gluten) con carne Fruta y leche	Alubias con verduras Fogonero con tomate Ensalada mixta Yogur o fruta	Arroz caldoso de pescado Lomo adobado Tomate aliñado Fruta y leche	Lentejas con verduras Croquetas de jamón Ensalada mixta Fruta y leche	Tallarines con bechamel y bacon Filete de pollo al ajillo Ensalada de zanahoria Fruta y leche



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



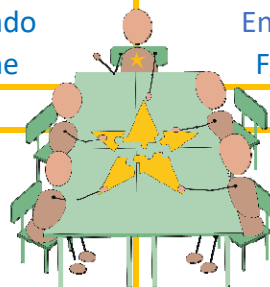
INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Viernes 9	682	41,5	58,4	29,8	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo y fruta
Sabado 10					
Domingo 11					
Lunes 12	730	34,7	90,4	23,1	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 13	761	33,1	82,4	31,4	Arroz pasta o patata,pescado o carne,fruta
Miércoles 14	745	29,4	93	26,2	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 15	837	42,1	88,8	31,2	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta olácteo
Viernes 16	651	40	80,5	16,7	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Sábado 17					
Domingo 18					
Lunes 19	766	20,5	99,3	30,3	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Martes 20	694	34,5	58	34,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta
Miércoles 21	671	34	60	28,7	Verdura cruda o cocida,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 22	792	41,3	94,5	24,7	Verdura cruda o cocida,carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 23	723	30,6	86	24,8	Arroz,pasta o patata, huevo o pescado,fruta o lácteo
Sábado 24					
Domingo 25					
Lunes 26	663	23,1	89	21,1	Arroz,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 27	670	39,9	57,9	26,3	Arroz,pasta o huevo,carne o pescado,fruta
Miércoles 28	820	28,8	89,5	36,6	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Jueves 29	802	25,1	93,8	32	Arroz pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Viernes 30	823	45,3	86,5	30,9	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo

Menú alérgicos al huevo de Septiembre

CURSO 22-23

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
				Crema de verduras Filete de pollo Ensalada de maíz Helado
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Sopa de fideos Ternera con verduritas Patatas fritas Fruta y leche	Garbanzos con verduras Filete de pollo Tomate aliñado Yogur o fruta	Coditos con tomate y chorizo Merluza a la gallega Ensalada de remolacha y manzana Fruta y leche	Lentejas con arroz integral Filete de cerdo empanado (sin huevo) Calabacín a la plancha Fruta y leche	Pure de verduras Bacalao Vizcaína Patatas al vapor Natillas
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz con tomate Albóndigas jardinera con verduritas Fruta y leche	Puré de calabacín Pollo asado Patatas fritas Yogur o fruta	Alubias pintas Filete de ternera Ensalada de maíz Fruta y leche	Pasta gratinada Bacalao en tempura sin huevo Ensalada mixta Fruta y leche	Lentejas con verduras Salchichas de pavo Arroz blanco Fruta y leche
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Puré de verduras Macarrones (sin gluten) con carne Fruta y leche	Alubias con verduras Fogonero con tomate Ensalada mixta Yogur o fruta	Arroz caldoso de pescado Lomo adobado Tomate aliñado Fruta y leche	Lentejas con verduras Croquetas de jamón especiales Ensalada mixta Fruta y leche	Macarrones con bechamel y bacón Filete de pollo al ajillo Ensalada de zanahoria Fruta y leche



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



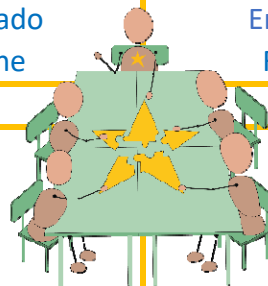
INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Viernes 9	682	41,5	58,4	29,8	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo y fruta
Sabado 10					
Domingo 11					
Lunes 12	730	34,7	90,4	23,1	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 13	761	33,1	82,4	31,4	Arroz pasta o patata,pescado o carne,fruta
Miércoles 14	745	29,4	93	26,2	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 15	837	42,1	88,8	31,2	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta olácteo
Viernes 16	651	40	80,5	16,7	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Sábado 17					
Domingo 18					
Lunes 19	766	20,5	99,3	30,3	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Martes 20	694	34,5	58	34,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta
Miércoles 21	671	34	60	28,7	Verdura cruda o cocida,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 22	792	41,3	94,5	24,7	Verdura cruda o cocida,carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 23	723	30,6	86	24,8	Arroz,pasta o patata, huevo o pescado,fruta o lácteo
Sábado 24					
Domingo 25					
Lunes 26	663	23,1	89	21,1	Arroz,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 27	670	39,9	57,9	26,3	Arroz,pasta o huevo,carne o pescado,fruta
Miércoles 28	820	28,8	89,5	36,6	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Jueves 29	802	25,1	93,8	32	Arroz pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Viernes 30	823	45,3	86,5	30,9	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo

Menú alérgicos legumbres de Septiembre

CURSO 22-23

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
				Crema de verduras Filete de pollo Ensalada de maíz Helado
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Sopa de estrellitas Ternera con verduritas Patatas fritas Fruta y leche	Puré de zanahoria Tortilla de patata Tomate aliñado Yogur o fruta	Coditos con tomate y chorizo Merluza a la gallega Ensalada de remolacha y manzana Fruta y leche	Arroz con verduras Filete de cerdo empanado Calabacín a la plancha Fruta y leche	Puré de verduras Bacalao Vizcaína Patatas al vapor Yogur o fruta
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz con tomate Filete de ternera con verduritas Fruta y leche	Puré de calabacín Pollo asado Patatas fritas Yogur o fruta	Sopa de estrellitas Tortilla de jamón Ensalada de maíz Fruta y leche	Pasta integral gratinada Bacalao rebozado Ensalada mixta Fruta y leche	Patatas guisadas Salchichas frescas al ajillo Verduritas salteadas Fruta y leche
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Puré de verduras Macarrones con carne Fruta y leche	Sopa de fideos Fogonero con tomate Ensalada mixta Yogur o fruta	Arroz caldoso de pescado Lomo adobado Tomate aliñado Fruta y leche	Puré de zanahoria Croquetas de jamón especiales Ensalada mixta Fruta y leche	Ballarines con bechamel y bacón Filete de pollo al ajillo Ensalada de zanahoria Fruta y leche



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



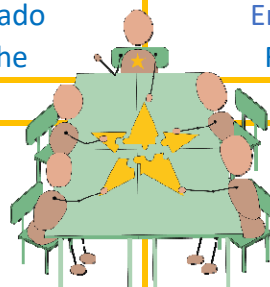
INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Viernes 9	682	41,5	58,4	29,8	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo y fruta
Sabado 10					
Domingo 11					
Lunes 12	730	34,7	90,4	23,1	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 13	761	33,1	82,4	31,4	Arroz pasta o patata,pescado o carne,fruta
Miércoles 14	745	29,4	93	26,2	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 15	837	42,1	88,8	31,2	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta olácteo
Viernes 16	651	40	80,5	16,7	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Sábado 17					
Domingo 18					
Lunes 19	766	20,5	99,3	30,3	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Martes 20	694	34,5	58	34,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta
Miércoles 21	671	34	60	28,7	Verdura cruda o cocida,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 22	792	41,3	94,5	24,7	Verdura cruda o cocida,carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 23	723	30,6	86	24,8	Arroz,pasta o patata, huevo o pescado,fruta o lácteo
Sábado 24					
Domingo 25					
Lunes 26	663	23,1	89	21,1	Arroz,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 27	670	39,9	57,9	26,3	Arroz,pasta o huevo,carne o pescado,fruta
Miércoles 28	820	28,8	89,5	36,6	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Jueves 29	802	25,1	93,8	32	Arroz pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Viernes 30	823	45,3	86,5	30,9	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo

Menú alérgicos al pescado de Septiembre

CURSO 22-23

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
				Crema de verduras Filete de pollo Ensalada de maíz Helado
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Sopa de estrellitas Ternera con verduritas Patatas fritas Fruta y leche	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Tomate aliñado Yogur o fruta	Coditos con tomate y chorizo Filete de ternera Ensalada de remolacha y manzana Fruta y leche	Lentejas con arroz integral Filete de cerdo empanado Calabacín a la plancha Fruta y leche	Pure de verduras Filete de pollo Patatas al vapor Natillas
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz con tomate Albóndigas jardinera con verduritas Fruta y leche	Puré de calabacín Pollo asado Patatas fritas Yogur o fruta	Alubias pintas Tortilla de jamón Ensalada de maíz Fruta y leche	Pasta integral gratinada Filete de ternera Ensalada mixta Fruta y leche	Lentejas con verduras Salchichas de pavo Arroz blanco Fruta y leche
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Puré de verduras Macarrones con carne Fruta y leche	Alubias con verduras Filete de ternera Ensalada mixta Yogur o fruta	Arroz caldoso de verduras Lomo adobado Tomate aliñado Fruta y leche	Lentejas con verduras Croquetas de jamón especiales Ensalada mixta Fruta y leche	Ballarines con bechamel y bacón Filete de pollo al ajillo Ensalada de zanahoria Fruta y leche



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

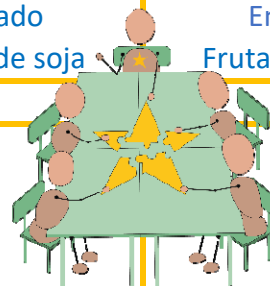
Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Viernes 9	682	41,5	58,4	29,8	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo y fruta
Sabado 10					
Domingo 11					
Lunes 12	730	34,7	90,4	23,1	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 13	761	33,1	82,4	31,4	Arroz pasta o patata,pescado o carne,fruta
Miércoles 14	745	29,4	93	26,2	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 15	837	42,1	88,8	31,2	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta olácteo
Viernes 16	651	40	80,5	16,7	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Sábado 17					
Domingo 18					
Lunes 19	766	20,5	99,3	30,3	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Martes 20	694	34,5	58	34,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta
Miércoles 21	671	34	60	28,7	Verdura cruda o cocida,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 22	792	41,3	94,5	24,7	Verdura cruda o cocida,carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 23	723	30,6	86	24,8	Arroz,pasta o patata, huevo o pescado,fruta o lácteo
Sábado 24					
Domingo 25					
Lunes 26	663	23,1	89	21,1	Arroz,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 27	670	39,9	57,9	26,3	Arroz,pasta o huevo,carne o pescado,fruta
Miércoles 28	820	28,8	89,5	36,6	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Jueves 29	802	25,1	93,8	32	Arroz pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Viernes 30	823	45,3	86,5	30,9	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
				Crema de verduras Filete de pollo Ensalada de maíz Helado sin leche
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Sopa de estrellitas Ternera con verduritas Patatas fritas Fruta y bebida de soja	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Tomate aliñado Yogur de soja o fruta	Coditos con tomate y chorizo Merluza a la gallega Ensalada de remolacha y manzana Fruta y bebida de soja	Lentejas con arroz integral Filete de cerdo empanado Calabacín a la plancha Fruta y bebida de soja	Pure de verduras Bacalao Vizcaína Patatas al vapor Yogur de soja o fruta
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz con tomate Albóndigas jardinera con verduritas Fruta y bebida de soja	Puré de calabacín Pollo asado Patatas fritas Yogur de soja o fruta	Alubias pintas Tortilla de jamón Ensalada de maíz Fruta y bebida de soja	Pasta integral con tomate Bacalao rebozado Ensalada mixta Fruta y bebida de soja	Lentejas con verduras Salchichas de pavo Arroz blanco Fruta y bebida de soja
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Puré de verduras Macarrones con carne Fruta y bebida de soja	Alubias con verduras Fogonero con tomate Ensalada mixta Yogur de soja o fruta	Arroz caldoso de pescado Lomo adobado Tomate aliñado Fruta y bebida de soja	Lentejas con verduras Croquetas de jamón especiales Ensalada mixta Fruta y bebida de soja	Tallarines con bacon Filete de pollo al ajillo Ensalada de zanahoria Fruta y bebida de soja



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



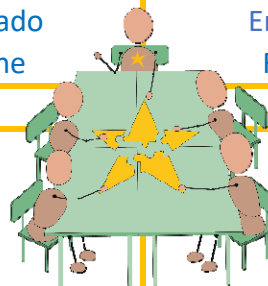
INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Viernes 9	682	41,5	58,4	29,8	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo y fruta
Sabado 10					
Domingo 11					
Lunes 12	730	34,7	90,4	23,1	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 13	761	33,1	82,4	31,4	Arroz pasta o patata,pescado o carne,fruta
Miércoles 14	745	29,4	93	26,2	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 15	837	42,1	88,8	31,2	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta olácteo
Viernes 16	651	40	80,5	16,7	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Sábado 17					
Domingo 18					
Lunes 19	766	20,5	99,3	30,3	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Martes 20	694	34,5	58	34,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta
Miércoles 21	671	34	60	28,7	Verdura cruda o cocida,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 22	792	41,3	94,5	24,7	Verdura cruda o cocida,carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 23	723	30,6	86	24,8	Arroz,pasta o patata, huevo o pescado,fruta o lácteo
Sábado 24					
Domingo 25					
Lunes 26	663	23,1	89	21,1	Arroz,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 27	670	39,9	57,9	26,3	Arroz,pasta o huevo,carne o pescado,fruta
Miércoles 28	820	28,8	89,5	36,6	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Jueves 29	802	25,1	93,8	32	Arroz pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Viernes 30	823	45,3	86,5	30,9	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo

Menú alérgicos frutos secos de Septiembre

CURSO 22-23

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
				Crema de verduras Filete de pollo Ensalada de maíz Helado
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Sopa de estrellitas Arroz caldoso de pescado Patatas fritas Fruta y leche	Garbanzos con verduras Tortilla de patata Tomate aliñado Yogur o fruta	Coditos con tomate y chorizo Merluza a la gallega Ensalada de remolacha y manzana Fruta y leche	Lentejas con arroz integral Filete de cerdo empanado Calabacín a la plancha Fruta y leche	Pure de verduras Bacalao Vizcaína Patatas al vapor Natillas
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz con tomate Filete de ternera con verduritas Fruta y leche	Puré de calabacín Pollo asado Patatas fritas Yogur o fruta	Alubias pintas Tortilla de jamón Ensalada de maíz Fruta y leche	Pasta integral gratinada Bacalao rebozado Ensalada mixta Fruta y leche	Lentejas con verduras Salchichas de pavo Arroz blanco Fruta y leche
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Puré de verduras Macarrones con carne Fruta y leche	Alubias con verduras Fogonero con tomate Ensalada mixta Yogur o fruta	Arroz caldoso de pescado Lomo adobado Tomate aliñado Fruta y leche	Lentejas con verduras Croquetas de jamón especiales Ensalada mixta Fruta y leche	Pastarines con bechamel y bacón Filete de pollo al ajillo Ensalada de zanahoria Fruta y leche



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



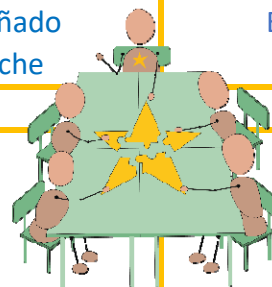
INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Viernes 9	682	41,5	58,4	29,8	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo y fruta
Sabado 10					
Domingo 11					
Lunes 12	730	34,7	90,4	23,1	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 13	761	33,1	82,4	31,4	Arroz pasta o patata,pescado o carne,fruta
Miércoles 14	745	29,4	93	26,2	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 15	837	42,1	88,8	31,2	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta olácteo
Viernes 16	651	40	80,5	16,7	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Sábado 17					
Domingo 18					
Lunes 19	766	20,5	99,3	30,3	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Martes 20	694	34,5	58	34,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta
Miércoles 21	671	34	60	28,7	Verdura cruda o cocida,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 22	792	41,3	94,5	24,7	Verdura cruda o cocida,carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 23	723	30,6	86	24,8	Arroz,pasta o patata, huevo o pescado,fruta o lácteo
Sábado 24					
Domingo 25					
Lunes 26	663	23,1	89	21,1	Arroz,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 27	670	39,9	57,9	26,3	Arroz,pasta o huevo,carne o pescado,fruta
Miércoles 28	820	28,8	89,5	36,6	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Jueves 29	802	25,1	93,8	32	Arroz pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Viernes 30	823	45,3	86,5	30,9	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo

Menú bajo en grasa de Septiembre

CURSO 22-23

LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
				Crema de verduras Filete de pollo Ensalada de maíz Yogur desnatado o fruta
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
Sopa de estrellitas Ternera con verduritas Puré de patata natural Fruta y leche	Garbanzos con verduras Tortilla francesa Tomate aliñado Yogur desnatado o fruta	Coditos con tomate y chorizo Merluza a la gallega Ensalada de remolacha y manzana Fruta y leche	Lentejas con arroz integral Filete de cerdo plancha Calabacín a la plancha Fruta y leche	Pure de verduras Bacalao Vizcaína Patatas al vapor Yogur desnatado o fruta
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
Arroz con tomate Albóndigas jardinera con verduritas Fruta y leche	Puré de calabacín Pollo asado Patatas al vapor Yogur desnatado o fruta	Alubias pintas Tortilla de jamón Ensalada de maíz Fruta y leche	Pasta integral gratinada Bacalao al horno Ensalada mixta Fruta y leche	Lentejas con verduras Salchichas de pavo Arroz blanco Fruta y leche
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
Puré de verduras Macarrones con carne Fruta y leche	Alubias con verduras Fogonero con tomate Ensalada mixta Yogur desnatado o fruta	Arroz caldoso de pescado Lomo adobado Tomate aliñado Fruta y leche	Lentejas con verduras Filete de ternera Ensalada mixta Fruta y leche	Tallarines con tomate Filete de pollo al ajillo Ensalada de zanahoria Fruta y leche



Cumpliendo el RD 126/2015 y el Reglamento de la UE 1169/2011 informamos que todos los platos que forman nuestros menús, tienen una ficha de elaboración en la que consta todos sus ingredientes y se identifican todos los alérgenos que puedan contener.

Para cualquier información llamar al teléfono 913644130



INFORMACIÓN ADICIONAL AL MENÚ DE

DÍA	Kcal.	Prot.	Hc.	Lip.	Recomendaciones para la cena
Viernes 9	682	41,5	58,4	29,8	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo y fruta
Sabado 10					
Domingo 11					
Lunes 12	730	34,7	90,4	23,1	Verduras crudas o cocidas,pescado o huevo,fruta o lácteo
Martes 13	761	33,1	82,4	31,4	Arroz pasta o patata,pescado o carne,fruta
Miércoles 14	745	29,4	93	26,2	Verduras crudas o cocidas, carne o huevo,fruta o lácteo
Jueves 15	837	42,1	88,8	31,2	Arroz ,pasta o patata,huevo o pescado,fruta olácteo
Viernes 16	651	40	80,5	16,7	Arroz,pasta o patata,carne o huevo,fruta
Sábado 17					
Domingo 18					
Lunes 19	766	20,5	99,3	30,3	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Martes 20	694	34,5	58	34,1	Arroz,pasta o patata,pescado o huevo,fruta
Miércoles 21	671	34	60	28,7	Verdura cruda o cocida,carne o pescado,fruta o lácteo
Jueves 22	792	41,3	94,5	24,7	Verdura cruda o cocida,carne o huevo,fruta o lácteo
Viernes 23	723	30,6	86	24,8	Arroz,pasta o patata, huevo o pescado,fruta o lácteo
Sábado 24					
Domingo 25					
Lunes 26	663	23,1	89	21,1	Arroz,pasta o patata,huevo o pescado,fruta o lácteo
Martes 27	670	39,9	57,9	26,3	Arroz,pasta o huevo,carne o pescado,fruta
Miércoles 28	820	28,8	89,5	36,6	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo,fruta o lácteo
Jueves 29	802	25,1	93,8	32	Arroz pasta o patata,carne o pescado,fruta o lácteo
Viernes 30	823	45,3	86,5	30,9	Verdura cruda o cocida,pescado o huevo,fruta o lácteo