

# Septiembre'23

## Menú



LUNES					MARTES					MIÉRCOLES					JUEVES					VIERNES				
<b>11</b>					<b>12</b>					<b>13</b>					<b>14</b>					<b>15</b>				
CREMA DE VERDURAS					ENSALADA DE PASTA					LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS					SOPA DE PICADILLO					ARROZ TRES DELICIAS				
CINTA DE LOMO CON PATATAS FRITAS					PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE					TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ACEITUNAS SIN HUESO					FILETE DE POLLO CON TOMATE ALIÑADO					PESCADO DEL DÍA CON GUARNICIÓN DE VERDURAS				
FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					YOGUR					FRUTA DE TEMPORADA				
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	
628	19	29	67		641	39	10	99		699	27	20	106		615	41	28	57		696	28	12	117	
<b>18</b>					<b>19</b>					<b>20</b>					<b>21</b>					<b>22</b>				
JUDIAS VERDES REHOGADAS					ARROZ CON POLLO					BRÓCOLI AL HORNO					GUISO DE GARBANZOS					CANELONES				
HAMBURGUESA CON PATATAS FRITAS					PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA Y MAIZ					RAGUT DE CERDO CON PURÉ DE PATATAS					REVUELTO DE YORK Y QUESO					PESCADO DEL DÍA CON GUARNICIÓN DE VERDURAS				
YOGUR					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA				
Prot.(g)		Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	
696		32	42		649	32	9	111		609	24	22	84		645	32	23	82		603	36	18	74	
<b>25</b>					<b>26</b>					<b>27</b>					<b>28</b>					<b>29</b>				
CREMA DE ZANAHORIAS					CODITOS BOLOÑESA					ENSALADA CAMPERA					LENTEJAS CASERAS CON VERDURAS					ARROZ CON TOMATE				
RAXO DE POLLO CON GUARNICIÓN DE ARROZ BLANCO					PESCADO DEL DÍA CON ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ACEITUNAS SIN HUESO					HUEVO VILLARROY CON SALSA DE TOMATE					ESCALOPE DE CERDO CON ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA, MAIZ Y ACEITUNAS SIN HUESO					PESCADO DEL DÍA CON GUARNICIÓN DE VERDURAS				
FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					FRUTA DE TEMPORADA					NATILLAS DE CHOCOLATE				
Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)		Kcal.	Prot.(g)	Lip.(g)	H.C.(g)	
625	33	13	96		662	39	17	98		633	31	22	81		685	39	18	94		681	30	16	104	

Nuestros menús incluyen PAN BLANCO y la bebida es AGUA.