

Menú GENERAL

septiembre de 2026

Los menús van acompañados de agua y, al menos, 2 veces a la semana el pan es integral. (Art. 9 RD 315/2025)

La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen para aliñar. La sal es yodada (Art. 4 RD 315/2025)

El yogur es natural sin azúcar añadido (Art. 9 RD 315/2025) Si el centro declina la oferta del yogur sin azúcar, se ofrecerá fruta.

Las frutas del mes son: manzana, melón, pera, plátano, sandía.

			10	11
			Macarrones integrales a la Napolitana (1,3,6,10) Pollo asado con Limón y Romero Ensalada Variada con Atún (4) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Merluza rebozada con verduras y patata / Fruta	Paella de Carne y Verduras Tortilla a la Francesa con Jamón (3,6,7) Ensalada Variada con Aceitunas Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Tortillas mexicanas de pollo y verduras / Fruta
14	15	16	17	18
Crema de Zanahoria Lomo al horno (1) Patata asada y Ensalada Variada con Queso (7) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla de patata / Fruta	Ensalada variada con Nuggets caseros de Pollo (1,3) Potaje de Garbanzos con Verduras y Fideo Grueso (1,3,6,10) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Pastel de merluza con verduras y patata / Fruta	Sopa de Caldo de Ave c/ Fideví integral (1,3,6,10) Pavo al Curry Champiñones y Arroz cocido Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y croquetas de garbanzos / Fruta	Crema de Calabaza Merluza al horno con Salsa de Tomate (4) Cebolla y Patata panadera Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada de lentejas y cuscús / Fruta	Arroz de Pescado (2,4,14) Tortilla a la Francesa con Queso (3,7) Ensalada Variada con Maíz Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Salmón al horno con verduras y patata / Fruta
21	22	23	24	25
Espaguetis integrales a la Carbonara (1,3,6,7,10) Abadejo con empanado casero (1,3,4) Ensalada Variada con Aceitunas Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Pastel de verduras con patata / Fruta	Crema de Verduras Estofado de Pollo Patata y Verduras (cebolla, zanahoria, tomate) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y merluza a la plancha con arroz / Fruta	Potaje de Judías con Verduras Hamburguesa de Carne mixta al horno Ensalada variada y Patata asada Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Calamar con cebolla y pan / Fruta	Arroz a la Milanesa (6,7,12) Tortilla de Patata y Cebolla (3) Ensalada Variada con Maíz Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras / Fruta	Crema de Calabacín Albóndigas de Soja texturizada (6) Patata y Verduras Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y pizza / Fruta
28	29	30		
Ensalada Variada con Croquetas de Pollo (1,2,3,4,6,7,14) Estofado de Lentejas con Verduras y Arroz (1) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Lomo con cuscús y verduras / Fruta	Crema de Zanahoria Pechuga de Pollo a la plancha Patatas asadas Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla de patata / Fruta	Arroz con Salsa Pomodoro Salmón a la plancha (4) Ensalada Variada con Aceitunas Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Espirales de legumbre al curry / Fruta		

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos Secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos