

MES: septiembre-26

MENÚ: BASAL CASTILLA Y LEÓN

| Lunes                                                                    | Martes                                                                         | Miércoles                                                | Jueves                                                | Viernes                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                          | 1                                                                              | 2                                                        | 3                                                     | 4                                                                             |
| 7                                                                        | 8                                                                              | 9<br>Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón  | 10<br>Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún     | 11<br>Verdura tricolor<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana |
| 14<br>Judías verdes con refrito<br>Guiso de garbanzos con arroz integral | 15<br>Crema de zanahoria eco<br>Magro guisado con verduras                     | 16<br>Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso | 17<br>Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa | 18<br>Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de york                           |
| 21<br>Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro                    | 22<br>Menestra salteada<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana | 23<br>Crema de calabacín<br>Pollo en salsa               | 24<br>Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata       | 25<br>Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde                    |
| 28<br>Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias                  | 29<br>Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún                            | 30<br>Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras      |                                                       |                                                                               |

MES: septiembre-26

MENÚ: 5. NO CERDO, CORDERO, VACA

| Lunes                                                   | Martes                                                                         | Miércoles                                                | Jueves                                                | Viernes                                                                       | I. Nutricional                                        |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
|                                                         | 1                                                                              | 2                                                        | 3                                                     | 4                                                                             |                                                       |
| 7                                                       | 8                                                                              | 9<br>Sopa maravilla con verduras<br>Pollo al chilindrón  | 10<br>Lentejas a la campesina<br>Tortilla de atún     | 11<br>Verdura tricolor<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana | kcl: 709,71<br>Prot: 25,68<br>HC: 91,05<br>Lip: 24,55 |
| 14<br>Judías verdes con refrito                         | 15<br>Crema de zanahoria eco<br>Bacalao rebozado                               | 16<br>Espirales en salsa napolitana<br>Tortilla de queso | 17<br>Alubias estofadas<br>Filete de abadejo en salsa | 18<br>Arroz caldoso de verduras<br>Huevos aurora                              | kcl: 706,63<br>Prot: 25,06<br>HC: 92,48<br>Lip: 23,84 |
| 21<br>Lentejas estofadas<br>Salmón con salsa pomodoro   | 22<br>Menestra salteada<br>Macarrones eco integrales con salsa boloñesa vegana | 23<br>Crema de calabacín<br>Pollo en salsa               | 24<br>Potaje de garbanzos<br>Tortilla de patata       | 25<br>Arroz con tomate<br>Filete de merluza en salsa verde                    | kcl: 711,13<br>Prot: 24,16<br>HC: 91,56<br>Lip: 24,98 |
| 28<br>Pastel de patata con verduras<br>Guiso de alubias | 29<br>Arroz caldoso de verduras<br>Revuelto de atún                            | 30<br>Verdura tricolor<br>Pavo guisado con verduras      |                                                       |                                                                               | kcl: 697,94<br>Prot: 24,48<br>HC: 90,97<br>Lip: 23,79 |