

SEPTEMBRE – SANS VIANDE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
				1
4	5 ENSALADA DE ESPIRALES (tomate, lechuga, zanahoria y queso fresco) TIRAS DE HEURA AL HORNO CON PUERRO Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	6 ENSALADA DE GARBANZOS CON TOMATE, ZANAHORIA Y ATÚN FILETE DE HALIBUT AL HORNO CON CEBOLLA Y CHAMPIÑONES GELATINA	7 COUS COUS CON VERDURAS ALBÓNDIGAS VEGETALES CON SALSA AL CURRY TOMATE CON ORÉGANO FRUTA DE TEMPORADA	8 PATATA , JUDÍA Y HUEVO DURO CON ACEITE DE OLIVA FILETE DE GALLO CON TOMATE AL HORNO LECHUGA CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA
11	12 ENSALADA DE TOMATE , MOZZARELLA Y ALBAHACA CANELONES DE ESPINACAS CON BECHAMEL Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA	13 ENSALADA DE ARROZ (lechuga, tomate y maíz) LOMO DE BACALAO AL HORNO CON CEBOLLA Y TOMATE YOGUR NATURAL	14 LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS TIRAS DE HEURA AL HORNO CON CEBOLLA, ZANAHORIA Y GUI SANTES LECHUGA CON TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	15 BROCOLI, PATATA Y HUEVO DURO CON ACEITE DE OLIVA VARITAS DE MERLUZA CASERAS CON CHAMPIÑONES CANÓNIGOS Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA
18 ENSALADA DE COUS COUS (tomate, zanahoria, pepino y queso) HAMBURGUESA DE VEGETAL CON PATATA AL HORNO TOMATE Y PEPINO FRUTA DE TEMPORADA	19 ARROZ 3 DELICIAS LOMO DEL SALMÓN AL HORNO CON PIMIÓN Y CEBOLLA LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	20 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS CROQUETAS DE BACALAO CANÓNIGOS CON QUESO FRESCO FRUTA DE TEMPORADA	21 COLIFLOR Y PATATA GRATINADO CON BECHAMEL TORTILLA DE QUESO ZANAHORIA CON PEPINO YOGUR NATURAL	22 MACARRONES INTEGRALES CON SALSA DE CALABAZA FILETE DE GALLO AL HORNO CON CHIPS DE BONITATO LECHUGA CON FRUTOS SECOS FRUTA DE TEMPORADA
25	26 PATATAS Y JUDÍAS VERDES CON ACEITE DE OLIVA CROQUETAS DE SETAS CON CHAMPIÑONES TOMATE CON ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	27 ARROZ CON SALSA DE VERDURAS FILETE DE MERLUZA CON BASE DE PATATA RÚCULA CON TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	29 LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS HUEVO DURO AL HORNO CON SALSA DE VERDURAS Y QUESO GRATINADO ZANAHORIA Y PEPINO FRUTA DE TEMPORADA	29 MENÚ FESTIVO ENSALADA VARIADA ARROZ A BANDA HELADO