

MENÚ SEPTIEMBRE 2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
8	9	10	11	12
	Arroz con tomate, huevos, salchichas y beicon Ensalada de atún Pan-plátano-leche	Ensalada de alubias blancas Merluza romana y ensalada mixta Pan integral-pera-leche	Crema de verduras Sajonia con patatas y ensalada de maíz Pan-melón-leche	Ensalada de pasta Emperador a la plancha con ensalada de remolacha Pan-sandía-leche
	662Kcal. 37g Prot. 84gHC. 20g Líp.	550Kcal. 37g Prot. 60g HC. 18g Líp.	511 Kcal. 30g Prot. 50g HC. 23g Líp	688Kcal. 34g Prot. 72g HC. 31g Líp.
				
15	16	17	18	19
Espaguetis carbonara Escalopes empanados con ensalada de zanahorias. Pan-melón-leche	Garbanzos a la extremeña Tortilla francesa de atún y ensalada de zanahorias. Pan-fruta-lácteo	Puré de calabacín Pollo asado con ensalada de atún Pan integral-plátano-leche	Paella mixta Boquerones con ensalada mixta Pan-manzana-leche	FESTIVO LOCAL
668Kcal. 30g Prot. 92g HC. 20g Líp.	700Kcal. 30g Prot. 98g HC. 20g Líp	586 cal. 36g Prot.64g HC. 20g Líp.	660Kcal. 33g Prot. 84g HC. 23g Líp	
				
22	23	24	25	26
Patatas con costillas Rabas de calamar con ensalada de tomate Pan-melón-leche	Lentejas castellanas Tortilla de patatas y ensalada de zanahorias Pan-sandía-leche	Crema de verduras Hamburguesas con patatas y ensalada mixta Pan integral-manzana-leche	Sopa de cocido Cocido completo con ensalada de repollo Pan-yogur-fruta variada	Ensalada de pasta Fletán al horno con ensalada de maíz. Pan-pera-leche
644Kcal. 35g Prot. 83g HC. 21g Líp.	630Kcal. 40g Prot. 88g HC. 13g Líp.	593Kcal. 28g Prot. 64g HC. 25g Líp.	558Kcal. 32g Prot. 80g HC. 14g Líp.	664Kcal. 29g Prot. 92g HC. 20g Líp.
				
29	30	1	2	3
Arroz tres delicias Palometa con tomate y ensalada de maíz. Pan-sandía-leche	Coliflor con besamel Albóndigas con patatas fritas Pan-melón-leche			
660Kcal. 29g Prot. 91g HC. 20g Líp	680Kcal. 35g Prot. 81g HC. 24g Líp			
				