



Menú General, mes de septiembre de 2022

Los menús se acompañan de pan moreno y agua

12	13	14	15	16
ENSALADA DE PASTA (tomate, albahaca, aceitunas negras, queso) (1,3,7)	GARBANZOS CON PATATA COCIDA, AJO, ACEITE DE OLIVA Y PIMIENTÓN DULCE	ARROZ 3 DELICIAS CASERO (guisantes, zanahoria, judías verdes, jamón) (6)	PURÉ FRÍO DE CALABAZA (calabaza, puerros, patata, aromáticos)	ENSALADA (iceberg, roble, endivia, zanahoria, tomate) CON ATÚN
RABAS DE CALAMAR CASERAS (huevo, pan rallado) (1,3,14)	POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA	MERLUZA AL HORNO (4,14)	TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA (3)	LENTEJAS MELOSAS CON ARROZ Y VERDURAS (1)
LECHUGA ALIÑADAS	ENSALADA (iceberg, roble, escarola, zanahoria) CON MAÍZ	CEBOLLA, PIMIENTOS, TOMATE	ENSALADA (iceberg, roble, endivia, tomate) CON ACEITUNAS	(cebolla, tomate, acelgas, espinacas, calabaza, aromáticos)
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGURT NATURAL (7) o FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
<i>Sugerencia de cena:</i> Arroz con calabacín, queso y frutos secos / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Verduras salteadas con huevo a la plancha y pan / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Tabulé de cuscús con alubias pintas / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Llampuga a la planxa con cebolla, pimiento rojo, pan / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Tortilla mexicanas de pollo y verduras / Fruta
19	20	21	22	23
ENSALADA (iceberg, roble, escarola, zanahoria) CON MAÍZ	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS (cebolla, tomate, acelgas, espinacas, calabaza)	PURÉ FRÍO DE PUERROS (puerros, patata, aromáticos)	LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate, acelgas, espinacas, calabaza, aromáticos) (1)	ARROZ CON VERDURAS (puerros, pimiento rojo, guisantes, aromáticos)
ESPAGUETIS INTEGRALES A LA BOLOÑESA (1,3)	TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN (3)	POLLO ASADO CON ROMERO	HUEVOS COCIDOS (3)	SEITONS EN TEMPURA (1,2,3,4,7,14)
(cebolla, zanahoria, tomate triturado, aromáticos)	TOMATE ALIÑADO CON ACEITUNAS	TUMBET MALLORQUÍN	ENSALADA (iceberg, roble, endivia, tomate) CON ACEITUNAS	ENSALADA (iceberg, roble, escarola, zanahoria) CON MAÍZ
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGURT NATURAL (7) o FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
<i>Sugerencia de cena:</i> Merluza con patata y berenjena / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Sepia con cebolla y patata / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Trepó con arroz y garbanzos / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Cuscús con champiñones y pavo / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Gazpacho y quiche / Fruta
26	27	28	29	30
ENSALADA (iceberg, roble, endivia, zanahoria, remolacha) CON ATÚN	GARBANZOS CON PATATA COCIDA, AJO, ACEITE DE OLIVA Y PIMIENTÓN DULCE	PASTA DE VERANO (tomate, albahaca, queso fresco) (1,3,7)	LENTEJAS ESTOFADAS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate, acelgas, espinacas, calabaza, aromáticos) (1)	PURÉ DE ZANAHORIA (cebolla, puerro, zanahoria, patata, aromáticos)
ARROZ INTEGRAL A LA CUBANA	MERLUZA AL HORNO CON PICADA (4,14)	POLLO A LA PLANCHA CON CEBOLLA	RAOLAS DE BACALAO CASERAS (huevo, ajo, perejil, harina de trigo) (1,3,4)	PIZZA CASERAS DE JAMÓN Y QUESO (1,6,7)
(ajo, tomate triturado, aromáticas, huevo fresco) (3)	BRÓCOLI Y ZANAHORIA	ENSALADA (iceberg, roble, endivia, zanahoria) CON ACEITUNAS	TOMATE ALIÑADO CON ORÉGANO	ENSALADA (iceberg, roble, escarola, zanahoria) CON MAÍZ
YOGURT NATURAL (7) o FRUTA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
<i>Sugerencia de cena:</i> Contramuslo con ajo, patata y champiñones / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Ensalada variada y tortilla de patata y cebolla / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Espirales de guisantes con verduras / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Pavo con arroz, calabacín y zanahoria / Fruta	<i>Sugerencia de cena:</i> Salmonetes fritos con cebolla, pimientos y patata / Fruta

Llegenda d'al·lèrgens presents:

1: Gluten 2: Crustàcics 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soia 7: Llet 8: Fruta seca amb closca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfits 13: Tramussos 14: Mol·luscs