

LUNES 9	MARTES 10	MIÉRCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
MACARRONES MARGARITA (con tomate, queso y orégano) (1, 3, 7) Macaroni with cheese, oregano and tomato sauce (1, 3, 7)	ARROZ GUISADO CON GUISANTES Y HORTALIZAS Rice stew with peas and vegetables	GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS Chickpea stew with vegetables	JUDIAS VERDES REHOGADAS Sautéed green beans	SOPA DE LLUVIA (1, 6)(Tr.:2, 3, 4, 7) Chicken soup with pasta (1, 6)(Tr.:2, 3, 4, 7)
NUGGETS DE POLLO (porciones de pollo empanadas) (1, 3, 7) Chicken nugget (1, 3, 7)	MERLUZA AL HORNO CON TOMATE (4) Hake stew with tomato sauce (4)	CINTA DE LOMO DE CERDO ADOBADA AL HORNO (6) Baked pork loin with paprika (6)	POLLO ASADO Roasted chicken	TORTILLA DE PATATA Y ATUN (3, 4) Potato and tuna omelette (3, 4)
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	YOGUR (7) Yoghurt (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)
KCal:743 Gr.:30 HC:81 Pro: 33	KCal:595 Gr.:19 HC:78 Pro: 25	KCal:584 Gr.:26 HC:55 Pro: 33	KCal:540 Gr.:28 HC:41 Pro: 28	KCal:629 Gr.:33 HC:50 Pro: 30
16	17	18	19	20
PURE DE CALABACIN Zucchini puree	LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS Lentils stew with vegetables	MACARRONES CON TOMATE Y QUESO (1, 3, 7) Macaroni with cheese and tomato sauce (1, 3, 7)	JUDIAS BLANCAS A LA ESPAÑOLA (guisadas con verduras) White beans stew with vegetables	PATATAS GUISADAS CON VERDURAS Potato stew with vegetables
VARITAS DE MERLUZA (palitos de merluza empanados) (1, 4)(Tr.:2, 3, 7, 14) Fish fingers (1, 4)(Tr.:2, 3, 7, 14)	HAMBURGUESA AL HORNO (cerdo y ternera) (1, 3)(Tr.:6, 11, 12) Baked hamburger (1, 3)(Tr.:6, 11, 12)	BACALAO REBOZADO (1, 3, 4) Breaded cod (1, 3, 4)	FILETE DE SAJONIA AL HORNO (6) Baked kassher (6)	HUEVOS COCIDOS CON ATUN Y MAYONESA (3, 4) Boiled eggs with tuna and mayonnaise (3, 4)
ENSALADA DE LECHUGA, ACEITUNAS Y MAIZ Lettuce, olives and sweet corn salad	PATATAS DADO Fried potatoes	ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA Y REMOLACHA (Tr.:12) Lettuce, carrot and beet salad (Tr.:12)	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA (Tr.:12) Lettuce, tomato and carrots salad (Tr.:12)	
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	BIZCOCHO CASERO (1, 3, 7, 8) Sponge cake (1, 3, 7, 8)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)
KCal:512 Gr.:25 HC:47 Pro: 21	KCal:687 Gr.:24 HC:65 Pro: 39	KCal:665 Gr.:23 HC:76 Pro: 34	KCal:668 Gr.:32 HC:55 Pro: 30	KCal:692 Gr.:38 HC:56 Pro: 27
23	24	25	26	27
ARROZ BLANCO CON TOMATE Rice with tomato sauce	ESPAGUETIS BOLOÑESA (con carne picada, verduras y salsa de tomate) (1)(Tr.:3) Spaghetti with bolognese sauce (1)(Tr.:3)	GARBANZOS GUISADOS CON VERDURAS Chickpea stew with vegetables	BROCOLI REHOGADO Sautéed broccoli	JUDIAS PINTAS ESTOFADAS CON JAMON SERRANO Kidney bean stew with ham
CINTA DE LOMO DE CERDO ADOBADA A LA PLANCHA (6) Grilled pork loin with paprika (6)	LOMITOS DE MERLUZA AL HORNO CON AJO Y PEREJIL (4) Baked loin hake with garlic and parsley (4)	TORTILLA DE PATATA (3) Spanish omelette (3)	POLLO ASADO Roasted chicken	CAZON EN ADOBO (1, 4) Breaded dogfish (1, 4)
JUDIAS VERDES SALTEADAS Sautéed green beans	ENSALADA DE LECHUGA, PEPINO Y MAIZ Lettuce, cucumber and sweet corn salad	ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y MAIZ Lettuce, tomato and sweet corn salad	PATATAS DADO Fried potatoes	ENSALADA DE LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA (Tr.:12) Lettuce, sweet corn and carrot salad (Tr.:12)
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)	YOGUR (7) Yoghurt (7)	FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)
KCal:646 Gr.:29 HC:76 Pro: 25	KCal:606 Gr.:17 HC:77 Pro: 31	KCal:628 Gr.:24 HC:67 Pro: 28	KCal:495 Gr.:28 HC:31 Pro: 27	KCal:643 Gr.:23 HC:58 Pro: 43
30			<p align="center">La fruta durante este mes variará entre: manzana, plátano, pera, naranja, melón y sandía.</p> <p align="center">Con el menú se ofrece pan y agua todos los días.</p> <p align="center">La leche ofrecida con el menú es opcional, siendo siempre obligatorio el consumo de fruta.</p>	
CREMA DE ZANAHORIAS (7) Carrots creamy soup (7)				
FRITURA DE PESCADO VARIADA (1, 2, 4, 7, 14)(Tr.:3, 6, 9, 12) Fried fish (1, 2, 4, 7, 14)(Tr.:3, 6, 9, 12)				
VERDURITAS REHOGADAS Vegetables				
FRUTA Y LECHE (7) Fruit and milk (7)				
KCal:609 Gr.:31 HC:58 Pro: 21				

Contenido de alérgenos en el producto final según el Reglamento N°1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo de 25 de octubre de 2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor:

1-Gluten 2-Crustáceos 3-Huevo 4-Pescado 5-Cacahuets 6-Soja 7-Leche y lactosa 8-Frutos de cáscara 9-Apio 10-Mostaza 11-Sésamo 12-Sulfitos 13-Altramuces 14-Moluscos Tr- Trazas

Recomendaciones para la cena/suggestions for dinner:

Semana/week 9-13 septiembre/september 2019

Día 9: ensalada y ternera. / day 9: salad and beef.
Día 10: verdura y huevo. / day 10: vegetables and egg.
Día 11: verdura y cerdo. / day 11: vegetables and pork.
Día 12: sopa y pescado. / day 12: soup and fish.
Día 13: verdura y ternera / day 13: vegetables and beef.

Semana/week 16-20 septiembre/september 2019

Día 16: arroz y pavo. / day 16: rice and turkey.
Día 17: ensalada y cerdo. / day 18: salad and pork.
Día 18: verdura y huevo. / day 17: vegetables and egg.
Día 19: ensalada y pescado. / day 19: salad and fish.
Día 20: verdura y pollo. / day 20: vegetables and chicken.

Semana/week 19-23 septiembre/september 2019

Día 23: verdura y ternera. / day 23: vegetables and beef.
Día 24: sopa y pavo. / day 25: soup and turkey.
Día 25: verdura y huevo. / day 26: vegetables and egg.
Día 26: pasta y conejo. / day 24: pasta and rabbit.
Día 27: verdura y cerdo. / day 27: vegetables and pork.

Semana/week 30 septiembre/september 2019

Día 30: arroz y huevo. / day 16: rice and egg.

