

ADAPTACIÓN ESTÁNDAR



SEPTIEMBRE 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
	Crema verduras de puchero (puerro, zanahorias, patata) Lomo en salsa de verduras con verduras salteadas Yogur	Crema de alubias con patata y arroz Merluza al horno con calabacines salteados Fruta de temporada	Crema de calabacín Canelones de carne mixta con bechamel y queso rallado Yogur	Crema de lentejas Pescadilla en salsa verde con judías verdes refritas Pieza de fruta
7	8	9	10	11
Crema de garbanzos con judías verdes y calabaza Tortilla de calabacín y zanahorias Fruta de temporada	Crema de verduras Estofado de ternera con patatas y zanahorias Yogur	Crema de lentejas con verduras Merluza a la plancha con zanahorias baby salteadas Fruta de temporada	Crema de verduras con arroz Revuelto de calabacín Yogur	Crema de verduras con patata Lagrimitas de pollo fritas Fruta de temporada
14	15	16	17	18
crema de lentejas con verduras tortilla de calabacín Fruta de temporada	Crema de verduras con patatas Merluza a la plancha con tomate aliñado Yogur	Crema de verduras con arroz Revuelto de judías verdes Fruta de temporada	Crema de garbanzos con zanahorias Pollo al ajillo con patatas Yogur	Crema de verduras con arroz croquetas de pollo con zanahorias aliñadas Fruta de temporada
21	22	23	24	25
Crema de zanahorias y calabacín Tortilla de patatas Fruta de temporada	Crema de calabacín y puerros con arroz Anillas de calamar yogur	Crema verduras de puchero (puerro, zanahorias, patata) y garbanzos Pollo al ajillo con verduras Fruta de temporada	Puré de patatas y verduras merluza al pilpil con judías verdes refritas Yogur	Crema de zanahorias Arroz con pollo Fruta de temporada
28	29	30		
Crema de calabaza, zanahorias y puerros jamoncitos de pollo con patatas panaderas Fruta de temporada	Crema de alubias con calabaza Varitas de pescado con zanahorias aliñadas Yogur	Crema de verduras con patatas Revuelto de calabacín Fruta de temporada		

todos los menús van acompañados de **pan integral**

Las frutas de postre en los menús de adaptación irán trituradas

Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista colegiada AND-00103