

ESTÁNDAR sin cerdo



SEPTIEMBRE 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1	2	3	4
	Arroz cocido con tomate frito Revuelto de judías verdes yogur	Potaje de alubias con patatas y arroz Merluza al horno con calabacines salteados Fruta de temporada	Crema de calabacín Pasta con tomate frito y queso yogur	Potaje de lentejas Pescadilla en salsa verde con judías verdes refritas Pieza de fruta
7	8	9	10	11
Potaje 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	Potaje de lentejas Merluza a la plancha con zanahorias baby salteadas Fruta de temporada	Arroz con pisto de verduras Revuelto de calabacín Yogur	Ensalada de pasta(maíz, pimiento rojo, verde,cebolla y zanahorias,atún) Lagrimitas de pollo fritas . Fruta de temporada
14	15	16	17	18
Potaje de lentejas Tortilla de calabacín Fruta de temporada	Patatas guisadas con menestra de verduras Merluza a la plancha con tomate aliñado. Yogur	Macarrones con tomate Revuelto de judías verdes Fruta de temporada	Potaje de garbanzos con zanahorias Pollo al ajillo con patatas Yogur	Crema de verduras, calabacín, puerros, calabaza con pollo Arroz cocido con pisto de verduras Fruta de temporada
21	22	23	24	25
Crema de zanahorias y calabacín Tortilla de patatas Fruta de temporada	Espirales integrales con tomate Anillas de calamar yogur	Potaje de alubias con zanahorias Pollo al ajillo con patatas Fruta de temporada	Patatas guisadas a lo pobre merluza al pilpil con judías verdes refritas Yogur	Crema de zanahorias Arroz con pollo Fruta de temporada
28	29	30		
Crema de calabaza y zanahorias con puerros jamoncitos de pollo con patatas panaderas Fruta de temporada	Potaje de alubias con calabaza Varitas de pescado con zanahorias aliñadas yogur	Macarrones con tomate y queso rallado Revuelto de calabacín fruta de temporada		

Todos los menús llevan **pan integral**



Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista y tecnóloga de alimentos nºcolegiada AND-00103