

ADAPTACIÓN ESTÁNDAR



SEPTIEMBRE 2023

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1
				Crema de garbanzos con zanahorias Merluza a al horno con patatas Fruta de temporada
4	5	6	7	8
Crema de alubias con verduras Croquetas de pescado con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabaza y zanahorias con puerros Canelones de carne mixta con bechamel y queso rallado Fruta de temporada	Crema de verduras con arroz Perca guisada con verduras Yogur	Puré de puchero con garbanzos , fideos y verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta de temporada	Crema de verduras con patata Ternera guisada con verduras Fruta de temporada
11	12	13	14	15
Crema de arroz con verduras Carrillada de cerdo a la jardinera Yogur	Crema de zanahorias y calabacín patatas con choco Fruta de temporada	Puré de lentejas con verduras y arroz Hamburguesa de pollo con verduras salteadas Fruta de temporada	Sopa de picadillo con arroz Tortilla de verduras Fruta de temporada	Crema de calabacín, puerros, zanahorias y arroz Lagrimitas de pollo fritos Fruta de temporada
18	19	20	21	22
Crema de verduras con arroz Revuelto de judías verdes Fruta de temporada	Crema de calabacín con patatas Lenguado al horno con zanahorias aliñadas Yogur	Crema de garbanzos judías verdes y calabaza Pollo al ajillo con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabacín, puerros y judías verdes con arroz Perca en salsa con ensalada de tomates Yogur	Crema de alubias con verduras Croquetas de puchero con zanahorias aliñadas Fruta de temporada
25	26	27	28	29
Crema de verduras con patatas Jamoncitos de pollo con judías verdes refritas Yogur	Crema de lentejas estofadas Varitas de pescado con ensalada Fruta de temporada	Crema de calabacín y zanahorias Albóndigas de pollo con patatas panaderas Yogur	Crema de verduras con arroz Tortilla de calabacín y zanahoria con ensalada de lechuga y remolacha Fruta de temporada	Crema de garbanzos con zanahorias Merluza a al horno con patatas Fruta de temporada

todos los menús van acompañados de **pan integral y agua.**

Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista colegiada AND-00103