



MENÚ SIN LEGUMBRE

septiembre 2026

Educamos *Acompañamos*

		2º y 3 inf + primaria + 1º y 2º eso				Día 1º alumnos 1º infantil																			
		Martes 8				Miércoles 9				Jueves 10				Viernes 11											
SEMANA 2		1º PLATO				ARROZ CON TOMATE				BORRAJA CON PATATA				JUDIAS VERDES CON PATATA Y JAMÓN SERRANO				ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y QUESO							
		2º PLATO				PECHUGAS EMPANADAS				TORTILLA DE PATATA CON JAMÓN YORK				STOFADO DE MAGRO A LA JARDINERA SIN GUIANTE				MERLUZA AL HORNO SALSA DE ZANAHORIA							
		GUARNICIÓN				LECHUGA CON QUESO FRESCO				ENSALADA CON TOMATE				-				ENSALADA							
		POSTRE				YOGUR/ PAN INTEGRAL				MANZANA/ PAN				PLÁTANO/ PAN				PERA CONFERENCIA / PAN INTEGRAL							
		VAL. NUT.				KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L				
		Lunes 14				Martes 15				Miércoles 16				Jueves 17				Viernes 18							
SEMANA 3		1º PLATO				ACELGAS CON PATATA				CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA ECOLOGICA				ARROZ INTEGRAL CON VERDURAS				MACARRONES A LA CARBONARA				ARROZ CON TOMATE			
		2º PLATO				LIMANDA CON REBOZADO CASERO				PECHUGA DE POLLO PLANCHA				POLLO ASADO EN SALSA DE MANZANA				PALOMETA CON TOMATE				LOMO A LA JARDINERA			
		GUARNICIÓN				ENSALADA CON HUEVO DURO				ENSALADA CON ATÚN				PATATA COCIDA				ENSALADA ILUSTRADA				PIMIENTOS,CHAMPIÑÓN			
		POSTRE				YOGUR/ PAN				PLÁTANO/ PAN INTEGRAL				FRUTA/ PAN				MANZANA /PAN				PERA/ PAN INTEGRAL			
		VAL. NUT.				KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L				
		Lunes 21				Martes 22				Miércoles 23				Jueves 24				Viernes 25							
SEMANA 4		1º PLATO				SOPA DE POLLO CON FIDEO INTEGRAL				COLIFLOR				CREMA DE CALABAZA ECOLOGICA CON PICADILLO DE HUEVO DURO Y PICATOSTES				ARROZ CON TOMATE				JUDIAS VERDES CON BABY, PATATA Y JAMÓN			
		2º PLATO				LOMO PLANCHA				BACALAO A LA VIZCAINA				CROQUETAS DE JAMÓN				ESTOFADO DE TERNERA				PECHUGA DE POLLO EN SALSA A LAS FINAS HIERBAS			
		GUARNICIÓN				LECHUGA CON HUEVO DURO				ENSALADA CON MAIZ Y ZANAHORIA				ENSALADA CON TOMATE				-				:NSALADA DE PASTA CON LECHUGA, MAIZ Y ZANAHORIA			
		POSTRE				MANZANA/ PAN				PLÁTANO/ PAN INTEGRAL				PERA CONFERENCIA/ PAN				MANZANA/ PAN				YOGUR/ PAN INTEGRAL			
		VAL. NUT.				KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L				
		Lunes 28				Martes 29				Miércoles 30															
SEMANA 5		1º PLATO				ARROZ CON TOMATE				BERZA CON PATATA				ESPAGUETIS INTEGRALES CON TOMATE Y QUESO											
		2º PLATO				HAMBURGUESA VEGETAL				MERLUZA A LA VIZCAINA				LOMO SAJONIA AL HORNO											
		GUARNICIÓN				ENSALADA ILUSTRADA				PIMIENTOS				ENSALADA CON ATÚN											
		POSTRE				YOGUR/ PAN				FRUTA / PAN INTEGRAL				PERA/ PAN											
		VAL. NUT.				KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L	KCAL	P	HC	L								