

MENÚ DE SEPTIEMBRE DE 2020

L 14	LASAÑA FILETES DE LOMO IBÉRICO A LA PLANCHA VERDURAS SALTEADAS ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	M 15	CREMA DE CALABAZA ALBÓNDIGAS CASERAS (TERNERA, POLLO, CERDO) ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	X 16	LENTEJAS ESTOFADAS ROSADA EN ADOBO ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	J 10	TALLARINES BOLOÑESA CROQUETAS DE LA ABUELA ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	V 11	PAELLA MIXTA CALAMARES A LA ROMANA ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA YOGURES Y NATILLAS
L 21	COCIDO TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA PIMIENTOS FRITOS ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	M 22	CREMA DE PUERROS HAMBURGUESAS CASERAS (POLLO, TERNERA, CERDO) ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	X 23	LENTEJAS CON CHORIZO MERLUZA EN SALSA VERDE / ROSADA REBOZADA ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	J 17	SOPA DE MARISCO TERNERA ASADA AL HORNO CON PURÉ DE MANZANAS ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA YOGURES Y NATILLAS	V 18	PAELLA MIXTA BOQUERONES A LA ANDALUZA ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA
L 28	ESPAGUETTI CARBONARA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	M 29	CREMA DE VERDURAS CARRILLADA CON SALSA DE CHAMPIÑONES GUISANTES CON JAMÓN ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	X 30	ARROZ TRES DELICIAS SALMÓN A LA PLANCHA ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	J 24	CAZUELA DE PATATAS CON ALMEJAS POLLO ASADO AL LIMÓN PATATAS A LA ESPAÑOLA ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA	V 25	PAELLA MIXTA LENGUADOS ENSALADA VARIADA FRUTA DE TEMPORADA YOGURES Y NATILLAS

ENSALADAS: LECHUGA, TOMATE, MAÍZ, ATÚN, ZANAHORIA, PEPINO.

MERIENDAS (INFANTIL Y PRIMER CICLO DE PRIMARIA)

LUNES

MOLLETE CON
ACEITE DE OLIVA O
PAVO
LECHE CON CACAO

MARTES

FRUTA DE
TEMPORADA
(MANZANAS Y PERAS)

MIÉRCOLES

MOLLETE DE
CREMA DE
QUESO

JUEVES

FRUTA DE
TEMPORADA
(MANZANAS Y PERAS)

SUGERENCIAS PARA LA CENA

				J 10	CREMA DE CALABACÍN, FRUTA Y VASO DE LECHE	V 11	FILETES RUSOS, FRUTA Y YOGURT		
L 14	ENSALADA MIXTA, LENGUADO A LA PLANCHA, FRUTA Y YOGURT	M 15	MENESTRA SALTEADA, ATÚN A LA PLANCHA, YOGURT	X 16	FILETES DE TERNERA, VERDURA, FRUTA Y VASO DE LECHE	J 17	REVUELTO DE ESPÁRRAGOS, PICADILLO DE TOMATE, FRUTA	V 18	ENSALADA MIXTA, TORTILLA DE QUESO, FRUTA
L 21	BRÓCOLI HERVIDO, PESCADO, FRUTA Y VASO DE LECHE	M 22	SÁNDWICH DE SALMÓN, YOGURT, FRUTA	X 23	PURÉ DE VERDURAS, CARNE A LA PLANCHA, FRUTA	J 24	SOPA, JUDÍAS VERDES SALTEADAS, FRUTA Y YOGURT	V 25	SOPA, CHAMPIÑONES SALTEADOS, FRUTA
L 28	ENSALADA, PESCADO, FRUTA	M 29	VERDURA, EMPANADA DE ATÚN, FRUTA Y VASO DE LECHE	X 30	MENESTRA DE VERDURAS, YOGURT, FRUTA				

SEPTEMBER MENU 2020

			<p>T h 10</p> <p>NOODLES BOLOGNESE HOMEMADE CROQUETTES MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>F 11</p> <p>MIXED PAELLA CALAMARI MIXED SALAD SEASONAL FRUITS YOGHURTS AND CUSTARD</p>
<p>M 14</p> <p>LASAGNA GRILLED PORK TENDERLOIN SAUTÉÉD VEGETABLES MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>T 15</p> <p>CREAM OF PUMPKIN SOUP HOMEMADE MEATBALLS (PORK, CHICKEN, BEEF) MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>W 16</p> <p>LENTIL STEW BATTERED PINKROCK FISH MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>T h 17</p> <p>SEAFOOD SOUP ROASTED BEEF TENDERLOIN WITH APPLE SAUCE MIXED SALAD SEASONAL FRUITS YOGHURTS AND CUSTARD</p>	<p>F 18</p> <p>POTATO SALAD BATTERED ANCHOVIES (BOQUERONES) MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>
<p>M 21</p> <p>BROILED CHICKEN MEAT WITH CHICKPEAS AND VEGETABLES SOUP SPANISH OMELETTE (WITH ONIONS AND POTATOES) FRIED GREEN PEPPERS MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>T 22</p> <p>CREAM OF LEAK SOUP HOMEMADE HAMBURGUERS (BEEF, CHICKEN, PORK) MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>W 23</p> <p>LENTIL SOUP WITH SPANISH SAUSAGE HAKE IN GREEN SAUCE /BATTERED PINKROCK FISH MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>T h 24</p> <p>POTATOES AND CLAMS SOUP LEMON ROASTED CHICKEN SPANISH POTATOES MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>F 25</p> <p>MIXED PAELLA BATTERED OR GRILLED SOLE MIXED SALAD SEASONAL FRUITS YOGHURTS AND CUSTARD</p>
<p>M 28</p> <p>SPAGUETTI CARBONARA GRILLED BREAST OF CHICKEN MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>T 29</p> <p>CREAM OF VEGETABLE SOUP PORK TENDERLOIN IN MUSHROOM SAUCE SAUTÉÉD PEAS WITH HAM MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>	<p>W 30</p> <p>FRIED RICE GRILLED SALMON MIXED SALAD SEASONAL FRUITS</p>		

SALAD: LETTUCE, TOMATOES, CORN, TUNA FISH, CUCUMBER, CARROTS, BEETROOTS.

TEA (PRE-SCHOOL AND FIRST CYCLE OF PRIMARY EDUCATION)

MONDAY

BREAD ROLL WITH
OLIVE OIL OR
TURKEY
CHOCOLATE MILK

TUESDAY

SEASONAL FRUIT
(APPLES AND
PEARS)

WEDNESDAY

BREAD ROLL
WITH CREAM
CHEESE

THURSDAY

SEASONAL FRUIT
(APPLES AND
PEARS)

DINNER SUGGESTION

				Th 10	CREAM OF COURGETTER, FRUIT AND A GLASS OF MILK	F 11	RUSSIAN FILLETS, FRUIT AND YOGHURT
M 14	MIXED SALAD, GRILLED SOLE, FRUIT & YOGHURT	T 15	SAUTÉED MIXED VEGETABLES, GRILLED TUNA, YOGHURT	W 16	GRILLED BEEF STEAK, VEGETABLES, FRUIT AND A GLASS OF MILK	Th 17	SCRAMBLED ASPARAGUS, TOMATO SALAD, FRUIT
M 21	BOILED BROCOLI, FISH, FRUIT & GLASS OF MILK	T 22	SALMON SANDWICH, YOGHURT AND FRUIT	W 23	VEGETABLE PURÉE, GRILLED MEAT, FRUIT	Th 24	SOUP, SAUTÉED GREEN BEANS, FRUIT & YOGHURT
M 28	SALAD, FISH, FRUIT	T 29	VEGETABLES, TUNA PIE, FRUIT AND A GLASS OF MILK	T 30	SAUTÉED MIXED VEGETABLES, YOGHURT AND FRUIT		