

Menú GENERAL

septiembre de 2026

Los menús van acompañados de agua y, al menos, 2 veces a la semana el pan es integral. (Art. 9 RD 315/2025)

La cocina utiliza aceite de oliva y aceite de girasol alto oleico para cocinar y aceite de oliva virgen para aliñar. La sal es yodada (Art. 4 RD 315/2025)

El yogur es natural sin azúcar añadido (Art. 9 RD 315/2025) Si el centro declina la oferta del yogur sin azúcar, se ofrecerá fruta.

Las frutas del mes son: manzana, melón, pera, plátano, sandía.

			10	11
			Macarrones integrales a la Napolitana (1,3,6,10) Pollo asado con Limón y Romero Ensalada Variada con Atún (4) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Merluza rebozada con verduras y patata / Fruta	Paella de Carne y Verduras Tortilla a la Francesa con Jamón (3,6,7) Ensalada Variada con Aceitunas Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Tortillas mexicanas de pollo y verduras / Fruta
14	15	16	17	18
Crema de Zanahoria Lomo al horno (1) Patata asada y Ensalada Variada con Queso (7) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla de patata / Fruta	Ensalada variada con Nuggets caseros de Pollo (1,3) Potaje de Garbanzos con Verduras y Fideo Grueso (1,3,6,10) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Pastel de merluza con verduras y patata / Fruta	Sopa de Caldo de Ave c/ Fideví integral (1,3,6,10) Pavo al Curry Champiñones y Arroz cocido Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y croquetas de garbanzos / Fruta	Crema de Calabaza Merluza al horno con Salsa de Tomate (4) Cebolla y Patata panadera Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada de lentejas y cuscús / Fruta	Arroz de Pescado (2,4,14) Tortilla a la Francesa con Queso (3,7) Ensalada Variada con Maíz Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Salmón al horno con verduras y patata / Fruta
21	22	23	24	25
Espaguetis integrales a la Carbonara (1,3,6,7,10) Abadejo con empanado casero (1,3,4) Ensalada Variada con Aceitunas Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Pastel de verduras con patata / Fruta	Crema de Verduras Estofado de Pollo Patata y Verduras (cebolla, zanahoria, tomate) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y merluza a la plancha con arroz / Fruta	Potaje de Judías con Verduras Hamburguesa de Carne mixta al horno Ensalada variada y Patata asada Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Calamar con cebolla y pan / Fruta	Arroz a la Milanesa (6,7,12) Tortilla de Patata y Cebolla (3) Ensalada Variada con Maíz Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Espirales de legumbre con verduras / Fruta	Crema de Calabacín Albóndigas de Soja texturizada (6) Patata y Verduras Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Ensalada y pizza / Fruta
28	29	30		
Ensalada Variada con Croquetas de Pollo (1,2,3,4,6,7,14) Estofado de Lentejas con Verduras y Arroz (1) Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Lomo con cuscús y verduras / Fruta	Crema de Zanahoria Pechuga de Pollo a la plancha Patatas asadas Yogur Natural (7) Sugerencia de cena: Ensalada y tortilla de patata / Fruta	Arroz con Salsa Pomodoro Salmón a la plancha (4) Ensalada Variada con Aceitunas Fruta de Temporada Sugerencia de cena: Espirales de legumbre al curry / Fruta		

1: Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuete 6: Soja 7: Leche 8: Frutos Secos 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo 12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos

Els menús s'acompanyen d'aigua i, al menys, 2 vegades a la setmana de pa integral. (Art. 9 RD 315/2025)

La cuina utilitza oli d'oliva i oli de girasol alt oleic per cuinar i oli d'oliva verjo per trempar. La sal és iodada (Art. 4 RD 315/2025)

El iogurt natural ha de ser sense sucre afegit (Art. 9 RD 315/2025) Si el centre declina l'oferta del iogurt sense sucre, s'oferirà fruita.

Les fruites del mes són: poma, meló, pera, plàtan, síndria.

			10	11
			Macarrons integrals a la Napolitana (1,3,6,10) Polastre rostit amb Llimona i Romaní Ensalada Variada amb Tonyina (4) Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Lluç arrebosat amb verdures i patata / Fruita	Paella de Carn i Verdures Truita a la Francesa amb Pernil (3,7) Ensalada Variada amb Olives Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Tortillas mexicanes de pollastre i verdures / Fruita
14	15	16	17	18
Crema de Pastanaga Llom al forn (1) Patata rostida i Ensalada Variada amb Formatge (7) Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada i truita de patata / Fruita	Ensalada variada amb Nuggets casolans de Pollastre (1,3) Cuinat de Ciurons amb Verdures i Fideu gruixat (1,3,6,10) Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Pastís de lluç amb verdures i patata / Fruita	Sopa de Brou d'Au amb Fideví integral (1,3,6,10) Indiot al Curry Xampinyons i Arròs bullit Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada i croquetes de ciurons / Fruita	Crema de Carabassa Lluç al forn amb Salsa de Tomàtiga (4) Cebolla y Patata panadera Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada de lleties i cuscús / Fruita	Arròs de Peix (2,4,14) Truita a la Francesa amb Formatge (3,7) Ensalada Variada amb Blat de les Índies iogurt Natural (7) Suggestiment de sopar: Salmó al forn amb verdures i patata / Fruita
21	22	23	24	25
Espaguetis integrals a la Carbonara (1,3,6,7,10) Abadejo amb panat casolà (1,3,4) Ensalada Variada amb Olives Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Pastís de verdures amb patata / Fruita	Crema de Verdures Aguiat de Pollastre Patata i Verdures (ceba, pastanaga, tomàtiga) Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada i lluç a la planxa amb arròs / Fruita	Cuinat de Mongetes amb Verdures Hamburguesa de Carn mixta al forn Ensalada variada i Patata rostida Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Calamar amb ceba i pa / Fruita	Arròs a la Milanesa Truita de Patata i Ceba (3) Ensalada Variada amb Blat de les Índies iogurt Natural (7) Suggestiment de sopar: Espirals de llegums amb verdures / Fruita	Crema de Carabassí Pilotes de Soja texturizada (6) Patata i Verdures Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada i pizza / Fruita
28	29	30		
Ensalada Variada amb Croquetes (1,2,3,4,6,7,14) Cuinat de Lleties amb Verdures i Arròs (1) Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Llom amb cuscús i verdures / Fruita	Crema de Pastanaga Pitera de Pollastre a la planxa Patates rostides Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Ensalada i truita de patata / Fruita	Arròs amb Salsa Pomodoro Salmó a la planxa (4) Ensalada Variada amb Olives Fruita de Temporada Suggestiment de sopar: Espirals de llegum al curri / Fruita		

1: Gluten 2: Crustàcis 3: Ou 4: Peix 5: Cacauet 6: Soja 7: Llet 8: Fruita Seca 9: Api 10: Mostassa 11: Sèsam 12: Sulfit 13: TRamussos 14: Mol·luscos