

# MENÚ

SEPTIEMBRE-2021

## CONSEJO DEL MES

Frutas de temporada: melocotón, melón, nectarina, pera, uva, manzana, aguacate, higo, granada, membrillo y mango. En septiembre empezaremos a tener caqui, chirimoya y kiwi. Los albaricoques, ciruelas, frambuesas, sandía y paraguayo escasearán en oct.

L/6

LAUDE

snack

M/7

- Lentejas estofadas con zanahorias
- Tortilla de calabacín. Tomate aliñado
- Fruta del tiempo
- Fruta del tiempo
- Piñotas. Brócoli y coliflores al vapor. Fruta

X/8

- Espaguetis a la carbonara (con tomate)
- Pechuga de pollo a la plancha. Lechuga/ maiz
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de queso
- Ensalada completa . Sandwich de jamón y queso. Yogur

J/9

- Estofado de cerdo con patatas
- Merluza a la plancha con pimientos asados
- Helado
- Yogur
- Sopa de fideos. Carne mechada con zanahorias. Fruta

V10

- Ensalada completa ( crema de puerros)
- Pizza ( croquetas . Patatas panaderas)
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de foiegras
- Tortilla francesa. Berenjenas a la plancha. Yogur

L/13

- Crema de calabacín
- Pollo empanado con patatas asadas
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de mortadela
- Pez espada a la plancha. Ensalada. Yogur

M/14

- Cocido madrileño
- Revuelto de jamón y champiñones
- Fruta del tiempo
- Yogur
- Crema de puerros Flamenquín casero. Yogur

X/15

- Arroz tres delicias
- Carne mechada. Menestra de verduras
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de jamón york
- Boquerones fritos. Picadillo de tomate, pimiento y cebolla. Yogur

J/16

- Macarrones con tomate y queso rallado
- Salchichas al vino. Judías verdes
- Yogur
- Fruta del tiempo
- Tortilla de queso y jamón york. Tomate aliñado. Fruta.

V/17

- Lentejas con chorizo
- Fogonero a la plancha. Ensalada lechuga maiz
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de nocilla
- Pechuga de pollo a la plancha con patatas asadas. Yogur

L/20

- Ensalada completa ( crema de zanahorias)
- Pollo al horno con patatas fritas
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de queso
- Revuelto de espárragos. Yogur

M/21

- Patatas a la Riojana
- Merluza a la plancha con verduras al horno
- Helado
- Fruta del tiempo
- Ensalada. de lechuga y tomate. Croquetas caseras. Fruta.

X/22

- Crema de puerros
- Carrillada de cerdo con patatas asadas
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de atún
- Burritos . Yogur

J/23

- Sopa de letras
- Revuelto jamón, patatas y champiñones
- Fruta del tiempo
- Yogur
- Acedias. Verduras al horno. Fruta

V/24

DIA DE LA MERCED

L/27

- Fideua de marisco
- Albóndigas con tomate. Judías verdes
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de chorizo
- Cazón. Ensalada. Yogur

M/28

- Lentejas con arroz
- Huevos rellenos. Lechuga y maiz
- Yogur
- Fruta del tiempo
- Filetes rusos con puré de patatas y zanahorias. Fruta

X/29

- Crema de brócoli
- Pollo en salsa. Patatas asadas
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de jamón york
- Ensalada de pimiento y melva. Buñuelos de bacalao. Yogur

J/30

- Garbanzos con calabaza
- San Jacobo. Tomate aliñado
- Fruta del tiempo
- Yogur
- Pizza casera. Yogur

V/1

- Arroz campero
- Fogonero a la plancha con picadillo
- Fruta del tiempo
- Bocadillo de foiegras
- Salchichas al vino con patatas asadas. Yogur.

