


MENÚ SEPTIEMBRE 2022

NO CARNE

MIÉRCOLES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				
12	13	14	15	16
Pan-Lechuga, tomate, maíz, carlota, olivas Macarrones Italiana (calabacín, berenjena, champi, tomate, cebolla) "Doré" de merluza con champiñones salteados Fruta	Frutos Secos Lentejas juliana de verduras Panini integral de boloñesa vegetal Helado	Lechuga, tomate, pepino, olivas, sésamo Pan Sopa de lluvia (Caldo vegetal) Albondigas vegetal o soja texturizada a la jardinera con puré de patatas Fruta ecológica	Humus de garbanzos con nachos Arroz de calamar y ajos tiernos Tortilla de cebolla con ensalada de tomate Fruta	Pan-Lechuga, tomate, zanahoria, atún, cebolla Crema de la Huerta Eco Merluza a la plancha con cous-cous Fruta
19	20	21	22	23
Pan-Lechuga, tomate, remolacha, pipas Patatas Riojana (no chorizo) Merluza a la plancha con salteado de verduras Fruta	Pan-Lechuga, tomate, carlota, pepino Fabada vegetal Croquetas de espinacas o boletus y palomitas Yogurt	Pan-Lechuga, tomate, espárragos, olivas Espaguetis integral con atún Tortilla de zanahoria con queso Fruta	Pan-Canónigos, tomate, rabanos, cacahuetes Sopa de estrellas (Caldo vegetal) Panini vegetal o rollitos primavera con patatas asadas Fruta ecológica	Pan-Lechuga, tomate, cebolla, pasas, queso Arroz blanco con tomate Boquerones a la madriña con dados de calabacín y cebolla eco Granizado de piña casero
26	27	28	29	30
MEAT FREE MONDAY Crema de queso con galletitas saladas Arroz con acelgas Tortilla francesa con ensalada Fruta	Pan-Lechuga, tomate, col, carlota, manzana Potaje de garbanzos Hamburguesa vegetal con pisto Fruta	Pan integral- Lechuga, tomate, maíz, cebolla Caracolas Donatello (cebolla, champiñón, tomate, nata,) Carbonero al horno con cama de verduras Yogurt de beber	Pan-Lechuga, tomate, pepino, olivas negras Sopa de fideos (Caldo vegetal) (pasta y verdura eco) Tortilla de patatas con minipizeta de calabacín Fruta	Pan- Lechuga, lombarda, piña, zanahoria, pipas Crema de lentejas rojas (lentejas rojas, patata, cebolla, puerro, carlota) Calamar andaluza con mazorca de maíz Fruta ECO