







































Septiembre 2021

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1	2	3
			- Alubias blancas con verduras	- Puré de puerros
			- Merluza al horno 	- Hamburguesas 
			- en salsa verde 	- en salsa española
			-	-
6	7	8	9	10
- Puré de verduras	- Lentejas guisadas	- Arroz con salsa de tomate casero	- Espagueti con tomate casero 	- Puré de vainas
- Bacalao rebozado   	- Libritos de jamón caseros  	- Merluza 	- Albóndigas estofadas 	- Pollo guisado
- en salsa casera	- con lechuga aliñada 	- con champiñones encebollados	- en salsa española	- en salsa casera
-	-	-	-	-
13	14	15	16	17
- Lentejas guisadas	- Puré de verduras	- Macarrones con tomate casero 	- Sopa casera con fideos 	- Puré de verduras
- Tortilla de patatas al horno 	- Filete de perril empanado 	- Merluza rebozada   	- Aguja de ternera guisada	- Bacalao 
- con pimientos rojos	- en salsa cazadora	- con mahonesa  	-	- en salsa tomate
-	-	-	-	-
20	21	22	23	24
- Patatas estofadas a la riojana  	- Espagueti con tomate casero 	- Puré de vainas	- Arroz tres delicias  	- Puré de verduras
- Croquetas de jamón      	- Merluza al horno 	- Muslo de pollo asado	- Pescado azul  	- Lomo adobado
- con lechuga aliñada 	- en salsa casera	- con tomate aliñado 	- en salsa piquillo	- con patatas chip
-	-	-	-	-

27

- Macarrones a la bolognesa



- Salchichas frescas de cerdo al horno



- en salsa tomate

-

28

- Puré de verduras

- Hamburguesas



- en salsa casera

-

29

- Alubias pintas con chorizo



- Merluza al horno



- en salsa verde



-

30




































- Puré de verduras

- Pechuga de pollo a la plancha

- en salsa de champiñones

-

Septiembre 2021

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>6</p>	<p>7</p>	<p>1</p> <p>8</p>	<p>2</p> <p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espagueti con tomate casero  - Albóndigas estofadas  - en salsa española - Fruta de temporada 	<p>3</p> <p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vainas con patatas - Pollo guisado - en salsa casera - Natillas de vainilla 
<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas - Tortilla de patatas al horno  - con pimientos rojos - Yogur  	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guisantes con refrito y patata  - Filete de perril empanado - en salsa cazadora - Fruta de temporada 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrones con tomate casero  - Merluza rebozada  - con mahonesa  - Yogur bebible  	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa casera con fideos  - Aguja de ternera guisada - Fruta de temporada 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puré de verduras - Pechuga de pollo a la plancha - con lechuga aliñada  - Yogur 
<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> - Patatas estofadas a la riojana  - Croquetas de jamón  - con lechuga aliñada  - Yogur  	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espagueti con tomate casero  - Merluza al horno  - en salsa casera - Fruta de temporada 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vainas con patatas - Muslo de pollo asado - con tomate aliñado  - Yogur  	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz tres delicias  - Pescado azul  - en salsa piquillo - Fruta de temporada 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos guisados - Lomo adobado - con patatas chip - Yogur bebible 

27

- Macarrones a la bolognesa



- Salchichas frescas de cerdo al horno



- en salsa tomate

- Yogur



28

- Brócoli con patatas



- Hamburguesas



- en salsa casera

- Queso y membrillo



29

- Alubias pintas con chorizo



- Merluza al horno



- en salsa verde



- Yogur



30

- Puré de verduras

- Pechuga de pollo a la plancha

- en salsa de champiñones

- Fruta de temporada

Septiembre 2021

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>6</p>	<p>7</p>	<p>1</p> <p>8</p>	<p>2</p> <p>9 Kcal. 904 H.C. 98 Lip. 44 Prot. 22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espagueti con tomate casero - Albóndigas estofadas - en salsa española - Fruta de temporada 	<p>3</p> <p>10 Kcal. 737 H.C. 56 Lip. 40 Prot. 40</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vainas con patatas - Pollo guisado - en salsa casera - Natillas de vainilla
<p>13 Kcal. 674 H.C. 83 Lip. 26 Prot. 26</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas - Tortilla de patatas al horno - con pimientos rojos - Yogur 	<p>14 Kcal. 705 H.C. 54 Lip. 44 Prot. 25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Guisantes con jamón Puré de verduras - Filete de perril empanado - en salsa cazadora - Fruta de temporada 	<p>15 Kcal. 1010 H.C. 88 Lip. 57 Prot. 40</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrones con tomate casero - Merluza rebozada - con mahonesa - Yogur bebible 	<p>16 Kcal. 536 H.C. 55 Lip. 13 Prot. 50</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sopa casera con fideos / Ensalada mixta - Aguja de ternera guisada - Fruta de temporada 	<p>17 Kcal. 727 H.C. 82 Lip. 20 Prot. 54</p> <ul style="list-style-type: none"> - Paella campestre - Pechuga de pollo a la plancha - con lechuga aliñada - Yogur
<p>20 Kcal. 648 H.C. 86 Lip. 24 Prot. 23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Patatas estofadas a la riojana - Croquetas de jamón - con lechuga aliñada - Yogur 	<p>21 Kcal. 904 H.C. 98 Lip. 45 Prot. 32</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espagueti con tomate casero - Hamburguesas - en salsa casera - Fruta de temporada 	<p>22 Kcal. 558 H.C. 35 Lip. 18 Prot. 63</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vainas con patatas Puré de verduras - Muslo de pollo asado - con tomate aliñado - Yogur 	<p>23 Kcal. 933 H.C. 104 Lip. 44 Prot. 32</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz tres delicias - Pescado azul - en salsa piquillo - Fruta de temporada 	<p>24 Kcal. 595 H.C. 48 Lip. 33 Prot. 27</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garbanzos guisados Ensalada mixta - Lomo adobado - con patatas chip - Yogur bebible

27 Kcal. 950 H.C. 93
Lip. 48 Prot. 35

- Macarrones a la bolognesa



- Salchichas frescas de cerdo al horno



- en salsa tomate



28 Kcal. 578 H.C. 46
Lip. 36 Prot. 21

- Brócoli con patatas | Puré de verduras



- Hamburguesas



- en salsa casera

- Queso y membrillo



29 Kcal. 581 H.C. 42
Lip. 28 Prot. 42

- Alubias pintas con chorizo | Ensalada de pasta



- Merluza al horno



- en salsa verde



- Yogur



30 Kcal. 511 H.C. 45
Lip. 17 Prot. 44

- Sopa casera de letras | Ensaladilla rusa






























- Pechuga de pollo a la plancha

- en salsa de champiñones

- Fruta de temporada

Septiembre 2021

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
		1	2	3
6	7	8	9 Kcal. 896 H.C. 97 Lip. 44 Prot. 18	10 Kcal. 737 H.C. 56 Lip. 40 Prot. 40
			- Pasta sin gluten con salsa tomate - Albóndigas estofadas  - en salsa española - Fruta de temporada	- Vainas con patatas - Pollo guisado - en salsa casera - Natillas de vainilla 
13 Kcal. 674 H.C. 83 Lip. 26 Prot. 26	14 Kcal. 705 H.C. 54 Lip. 44 Prot. 25	15 Kcal. 1002 H.C. 87 Lip. 57 Prot. 36	16 Kcal. 536 H.C. 55 Lip. 13 Prot. 50	17 Kcal. 727 H.C. 82 Lip. 20 Prot. 54
- Lentejas guisadas - Tortilla de patatas al horno  - con pimientos rojos - Yogur 	- Guisantes con jamón I Puré de verduras - Filete de perril empanado sin gluten - en salsa cazadora - Fruta de temporada	- Pasta sin gluten con salsa tomate - Merluza rebozada sin gluten  - con mahonesa  - Yogur bebible 	- Sopa casera con fideos sin gluten / Ensalada mixta - Aguja de ternera guisada - Fruta de temporada	- Paella campestre - Pechuga de pollo a la plancha - con lechuga aliñada  - Yogur 
20 Kcal. 662 H.C. 91 Lip. 24 Prot. 20	21 Kcal. 896 H.C. 97 Lip. 45 Prot. 28	22 Kcal. 558 H.C. 35 Lip. 18 Prot. 63	23 Kcal. 933 H.C. 104 Lip. 44 Prot. 32	24 Kcal. 595 H.C. 48 Lip. 33 Prot. 27
- Patatas estofadas a la riojana  - Croquetas de jamón sin gluten  - con lechuga aliñada  - Yogur 	- Pasta sin gluten con salsa tomate - Hamburguesas  - en salsa casera - Fruta de temporada	- Vainas con patatas I Puré de verduras - Muslo de pollo asado - con tomate aliñado  - Yogur 	- Arroz tres delicias  - Pescado azul sin rebozar  - en salsa piquillo - Fruta de temporada	- Garbanzos guisados I Ensalada mixta - Lomo adobado - con patatas chip - Yogur bebible 
27 Kcal. 950 H.C. 93 Lip. 48 Prot. 35	28 Kcal. 578 H.C. 46 Lip. 36 Prot. 21	29 Kcal. 807 H.C. 71 Lip. 34 Prot. 56	30 Kcal. 667 H.C. 63 Lip. 23 Prot. 51	
- Pasta sin gluten a la bolognesa - Salchichas frescas de cerdo al horno  - en salsa tomate - Yogur 	- Brócoli con patatas I Puré de verduras - Hamburguesas  - en salsa casera - Queso y membrillo 	- Alubias pintas con chorizo  - Merluza al horno  - en salsa verde  - Yogur 	- Sopa casera de letras sin gluten - Pechuga de pollo a la plancha - en salsa de champiñones - Fruta de temporada	