




Septiembre 2020

lunes



7

- Menestra de verduras
- Tortilla de patatas con lechuga 
- Yogur bebible de sabores 

14


- Brócoli con refrito
- Lomo a la plancha con salsa de tomate
- Yogur natural 

21



- Vainas con zanahorias y patatas
- Salchichas frescas de cerdo con chips 
- Yogur de sabores 

martes



1

- Arroz con tomate triturado
- Hamburguesas de ternera en salsa española
- Yogur bebible natural 


8

- Alubias rojas guisadas
- Merluza rebozada con limón  
- Fruta de temporada

15


- Patatas a la Riojana 
- Tortilla francesa en salsa de tomate natural  
- Fruta de temporada

22


- Alubias blancas estofadas
- Merluza al horno con limón 
- Fruta de temporada

miércoles





2

- Alubias blancas estofadas
- Huevos cocidos en salsa de tomate natural 
- Fruta de temporada



9

- Vainas con zanahorias y patatas
- Muslo de pollo asado con champiñones encebollados
- Natillas de vainilla 

16


- Alubias blancas estofadas
- Merluza rebozada con mahonesa   
- Yogur bebible de sabores 

23










- Arroz con verduras
- Pollo estofado 
- Yogur natural 

jueves

3

- Crema de coliflor
- Pechuga de pollo empanada con ensalada 
- Fruta de temporada



10

- Espaguetis con tomate natural 
- San Jacobos        
- Fruta de temporada

17




- Puré de calabaza
- Guiso de pavo con verduritas
- Fruta de temporada

24



- Macarrones con verduras y salsa de tomate 
- Bacalao a la Vizcaína 
- Fruta de temporada

viernes









4

- Espirales con verduras y tomate triturado 
- Merluza al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria 
- Yogur de sabores 



11

- Lentejas guisadas
- Bacalao a la Vizcaína 
- Petit Suisse 

18

- Macarrones con tomate 
- San Jacobos        
- Yogur natural 

25

- Puré de calabacín
- Tortilla de patatas con pisto 
- Yogur bebible natural 

28

- Lentejas guisadas

- Pechuga de pollo con pimientos



- Yogur bebible de sabores



29

- Puré de calabaza

- Albóndigas mixtas en salsa de tomate triturada

- Fruta de temporada

30

- Arroz con tomate triturado

- Lomo adobado rebozado con champiñones



- Yogur natural



Septiembre 2020

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
	<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate triturado - Hamburguesas de ternera en salsa española - Yogur bebible natural 	<p>2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas estofadas - Huevos cocidos en salsa de tomate natural - Fruta de temporada 	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Crema de coliflor - Pechuga de pollo empanada con ensalada - Fruta de temporada 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espirales con verduras y tomate triturado - Merluza al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria - Yogur de sabores
<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menestra de verduras - Tortilla de patatas con lechuga - Yogur bebible de sabores 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alubias rojas guisadas - Merluza rebozada con limón - Fruta de temporada 	<p>9</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vainas con zanahorias y patatas - Muslo de pollo asado con champiñones encebollados - Natillas de vainilla 	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espaguetis con tomate natural - San Jacobos - Fruta de temporada 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lentejas guisadas - Bacalao a la Vizcaína - Petit Suisse
<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con tomate triturado - Lomo con patatas chips - Yogur natural 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> - Patatas a la Riojana - Tortilla francesa en salsa de tomate natural - Fruta de temporada 	<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas estofadas - Merluza rebozada con mahonesa - Yogur bebible de sabores 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puré de calabaza - Guiso de pavo con verduritas - Fruta de temporada 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrones con tomate - San Jacobos - Yogur natural
<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vainas con zanahorias y patatas - Salchichas frescas de cerdo con chips - Yogur de sabores 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alubias blancas estofadas - Merluza al horno con limón - Fruta de temporada 	<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> - Arroz con verduras - Pollo estofado - Yogur natural 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> - Macarrones con verduras y salsa de tomate - Bacalao a la Vizcaína - Fruta de temporada 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puré de calabacín - Tortilla de patatas con pisto - Yogur bebible natural

28

- Lentejas guisadas

- Pechuga de pollo con pimientos



- Yogur bebible de sabores



29

- Puré de calabaza

- Albóndigas mixtas en salsa de tomate triturada

- Fruta de temporada

30

- Arroz con tomate triturado

- Lomo adobado rebozado con champiñones




















































- Yogur natural



Educación Primaria y ESO

Septiembre 2020

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
	1 VACACIONES	2 VACACIONES	3 VACACIONES	4 VACACIONES
7 VACACIONES	8 VACACIONES	9 VACACIONES	10 Kcal. 848 H.C. 114 Lip. 35 Prot. 20 - Espaguetis con tomate natural  - Libritos de jamón y queso con ensalada         - Fruta de temporada	11 Kcal. 695 H.C. 80 Lip. 23 Prot. 44 - Lentejas guisadas - Bacalao a la Vizcaína  - Natillas de vainilla 
14 Kcal. 457 H.C. 85 Lip. 9 Prot. 9 - Arroz con tomate triturado - Lomo a la plancha con patatas chips - Fruta de temporada	15 Kcal. 653 H.C. 66 Lip. 33 Prot. 23 - Patatas a la Riojana  - Tortilla francesa en salsa de tomate natural   - Yogur natural 	16 Kcal. 791 H.C. 65 Lip. 41 Prot. 42 - Alubias blancas estofadas - Merluza rebozada con mahonesa    - Yogur bebible de sabores 	17 Kcal. 685 H.C. 64 Lip. 32 Prot. 36 - Puré de calabaza - Redondo de pavo con champiñones encebollados   - Fruta de temporada	18 - Macarrones con tomate  - Albóndigas de ternera en salsa jardinera - Yogur natural 
21 Kcal. 678 H.C. 59 Lip. 38 Prot. 23 - Vainas con zanahorias y patatas - Salchichas frescas de cerdo con chips  - Yogur de sabores 	22 Kcal. 619 H.C. 63 Lip. 24 Prot. 37 - Alubias blancas estofadas - Ensalada mixta  - Merluza al horno con limón  - Fruta de temporada	23 Kcal. 846 H.C. 85 Lip. 34 Prot. 51 - Arroz con verduras - Pollo estofado  - Yogur natural 	24 Kcal. 786 H.C. 108 Lip. 29 Prot. 25 - Macarrones con verduras y salsa de tomate  - Croquetas de jamón con ensalada         - Fruta de temporada	25 Kcal. 676 H.C. 72 Lip. 35 Prot. 20 - Puré de calabacín - Espinacas salteadas al ajillo - Tortilla de patatas con pisto       - Yogur bebible natural 
28 Kcal. 750 H.C. 82 Lip. 25 Prot. 50 - Lentejas guisadas - Pechuga de pollo con pimientos   - Yogur bebible de sabores 	29 Kcal. 666 H.C. 56 Lip. 40 Prot. 20 - Vainas con zanahorias y patatas - Albóndigas mixtas en salsa de tomate triturada - Fruta de temporada	30 Kcal. 693 H.C. 87 Lip. 25 Prot. 30 - Arroz con tomate triturado - Lomo adobado rebozado con champiñones  - Yogur natural 