Laura González Emparanza
Col. MAD01214
CODINMA

septiembre 2024

Ausolan.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
2 **Vacaciones**	3 **Vacaciones**	4 **Vacaciones**	5 **Vacaciones**	6 **Vacaciones**
9 **Menú de bienvenida** Macarrones con tomate Empanadillas de atun Ensalada de colores Fruta de temporada Pan Kcal. 746 h.c. 122 lip. 22 p. 18	10 Lentejas ecologicas estofadas Tortilla de patata Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 649 h.c. 97 lip. 19 p. 28	11 Judias verdes rehogadas Pollo asado Arroz integral Fruta de temporada Pan Kcal. 565 h.c. 69 lip. 23 p. 24	12 Sopa de cocido Cocido completo Fruta de temporada Pan Kcal. 616 h.c. 87 lip. 19 p. 29	13 Crema de calabacin Merluza rebozada Ensalada de lechuga Helado Pan integral Kcal. 573 h.c. 48 lip. 33 p. 24
16 Pure de verduras ecológico Caballa Ensalada verde Fruta de temporada Pan Kcal. 566 h.c. 59 lip. 24 p. 32	17 Alubias pintas con arroz integral Tortilla francesa Ensalada de colores Fruta ecológica Pan Kcal. 665 h.c. 82 lip. 27 p. 29	18 Patatas con choco Salchichas de pavo en salsa con verduras Fruta de temporada Pan Kcal. 625 h.c. 73 lip. 26 p. 27	19 Lentejas a la hortelana Calamares a la romana Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan Kcal. 771 h.c. 96 lip. 33 p. 28	20 Ensalada de pasta Magro de cerdo a la cordobesa Yogur Pan integral Kcal. 822 h.c. 99 lip. 29 p. 46
23 Brocoli rehogado Huevos fritos Patatas Fruta de temporada Pan Kcal. 542 h.c. 50 lip. 33 p. 15	24 Alubias blancas estofadas Salmon al horno Zanahoria ecológica Fruta de temporada Pan Kcal. 643 h.c. 72 lip. 25 p. 37	25 Arroz integral tres delicias Pollo en pepitoria Fruta de temporada Pan Kcal. 567 h.c. 82 lip. 17 p. 28	26 Garbanzos con verdura Abadejo rebozado Ensalada de colores Fruta de temporada Pan Kcal. 654 h.c. 80 lip. 23 p. 37	27 Patatas guisadas Albóndigas al horno a la jardinera Helado Pan integral Kcal. 580 h.c. 58 lip. 31 p. 20
30 Arroz con tomate Colitas de rape al horno sobre lecho de patata y cebolla Fruta de temporada Pan Kcal. 668 h.c. 95 lip. 20 p. 31				

Un nuevo curso comienza y con él la oportunidad de degustar menús Sanos, Saludables, Sabrosos, Seguros y Sostenibles.

Fruta fresca variada:

Fruta de temporada:

Proyecto Educativo

Recomendaciones nutricionales

Iconografía

Juntos en tu día a día