

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Septiembre 2024

SIERVAS DE SAN JOSE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>2</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>	<p>3</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos)</p>	<p>4</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Lácteos (* 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p>5</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>6</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Croquetas de bacalao con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>7</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>8</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 3717/889 GT: 29 GS: 2 HC: 132 AZ: 26 PROT: 28 SAL: 1</p>
<p>9</p> <p>Coditos gratinados Revuelto de jamón york y queso con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta)</p>	<p>10</p> <p>Salteado de judías verdes con patatas Alitas de pollo con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta)</p>	<p>11</p> <p>Alubias estofadas con verduras Empanadillas de atún con salsa de tomate Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta)</p>	<p>12</p> <p>Crema de verduras Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>13</p> <p>Arroz a la cubana Delicias de bacalao Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p>14</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>15</p> <p>1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p>	<p>VE: 3578/856 GT: 31 GS: 7 HC: 106 AZ: 25 PROT: 34 SAL: 1</p>
<p>16</p> <p>Lentejas estofadas con chorizo Tortilla francesa con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>17</p> <p>Espaguetis a la carbonara Jamoncitos de pollo asados Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>18</p> <p>Crema de zanahoria Hamburguesa a la plancha con patatas fritas Fruta y pan (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Lácteos)</p>	<p>19</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta)</p>	<p>20</p> <p>Paella de verduras Limanda empanada con patatas fritas Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p>21</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>22</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3425/819 GT: 29 GS: 7 HC: 101 AZ: 19 PROT: 39 SAL: 1</p>
<p>23</p> <p>Lentejas estofadas con verduras Huevos rellenos de atún con salsa de tomate Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta)</p>	<p>24</p> <p>Crema de calabacín Alitas de pollo con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta)</p>	<p>25</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos)</p>	<p>26</p> <p>Brócoli gratinado Nuggets de pollo Fruta y pan (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos)</p>	<p>27</p> <p>Arroz caldoso Pescado fresco con ensalada Fruta y pan (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos)</p>	<p>28</p> <p>1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Lácteos</p>	<p>29</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Patatas y Fruta 1º Legumbres 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>VE: 2893/692 GT: 19 GS: 4 HC: 98 AZ: 26 PROT: 35 SAL: 1</p>
<p>30</p> <p>Alubias estofadas con verduras Lomo a la plancha con ensalada Yogur y pan (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta)</p>							<p>VE: 2867/686 GT: 20 GS: 7 HC: 81 AZ: 14 PROT: 47 SAL: 1</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses