

SEPTIEMBRE

MENÚ NORMAL SALMERON

	1	2	3	4	5	6
	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
	MACARRONES CON CHORIZO 	ENSALADA MIXTA 	LENTEJAS CON VERDURAS 	CREMA DE CALABACIN 	LENTEJAS CON VERDURAS 	GAZPACHO ANDALUZ
	MERLUZA A LA MARINERA 	PAELLA MIXTA 	TORTILLA ESPAÑOLA 	EMPANADILLAS DE ATUN 	POLLO AL HORNO 	MERLUZA REBOZADA
	FRUTA O LÁCTEO Kcal 758,6 Lípidos 31,0 H.C. 91,0 Proteínas 24,2	FRUTA O LÁCTEO Kcal 863,5 Lípidos 34,2 H.C. 94,2 Proteínas 24,7	FRUTA O LÁCTEO Kcal 813,8 Lípidos 26,5 H.C. 102,0 Proteínas 30,9	FRUTA O LÁCTEO Kcal 940,3 Lípidos 49,0 H.C. 84,1 Proteínas 35,6	FRUTA O LÁCTEO Kcal 889,8 Lípidos 55,3 H.C. 85,9 Proteínas 48,6	FRUTA O LÁCTEO Kcal 669,8 Lípidos 26,1 H.C. 76,2 Proteínas 28,3
7	LUNES	8	9	10	11	12
	GAZPACHO ANDALUZ 	PISTO MANCHEGO 	ENSALADA MIXTA 	JUDIAS VERDES REHOGADAS 	PISTO MANCHEGO 	ENSALADA DE GARBANZOS
	TERNERA EN SALSA 	HUEVOS EN SALSA 	CAZON AL HORNO 	POLLO ASADO CON ENSALADA 	CROQUETAS CASERAS JAMON / CROQUETONES 	SALMON AL HORNO
	FRUTA O LÁCTEO Kcal 669,8 Lípidos 24,4 H.C. 70,8 Proteínas 38,1	FRUTA O LÁCTEO Kcal 908,1 Lípidos 61,8 H.C. 60,3 Proteínas 23,1	FRUTA O LÁCTEO Kcal 631,4 Lípidos 27,9 H.C. 63,6 Proteínas 27,1	FRUTA O LÁCTEO Kcal 890,4 Lípidos 46,6 H.C. 66,5 Proteínas 44,0	FRUTA O LÁCTEO Kcal 904,8 Lípidos 63,7 H.C. 80,1 Proteínas 20,5	FRUTA O LÁCTEO Kcal 904,1 Lípidos 45,9 H.C. 77,3 Proteínas 39,9
14	LUNES	15	16	17	18	19
	LENTEJAS CON ARROZ 	ENSALADILLA RUSA 	ESPARRAGOS BLANCOS 	MENESTRA DE VERDURA 	FIDEUA DE POLLO 	CREMA DE LEGUMBRES
	LOMO EN SALSA 	LASAÑA DE ATÚN 	PAELLA MIXTA 	POLLO ASADO CON PATATA 	FOGONERO AL HORNO 	MAGRO CON TOMATE Y PATATAS
	FRUTA O LÁCTEO Kcal 1000,1 Lípidos 48,8 H.C. 86,2 Proteínas 43,5	FRUTA O LÁCTEO Kcal 1065,8 Lípidos 54,4 H.C. 90,5 Proteínas 46,7	FRUTA O LÁCTEO Kcal 739,0 Lípidos 27,3 H.C. 91,8 Proteínas 26,5	FRUTA O LÁCTEO Kcal 924,3 Lípidos 39,7 H.C. 86,8 Proteínas 46,4	FRUTA O LÁCTEO Kcal 744,6 Lípidos 22,9 H.C. 98,0 Proteínas 31,3	FRUTA O LÁCTEO Kcal 676,5 Lípidos 18,7 H.C. 88,1 Proteínas 31,5
21	LUNES	22	23	24	25	26
	ALUBIAS BLANCAS CON JAMÓN 	GUISANTES SALTEADOS 	GAZPACHO ANDALUZ 	PATATAS CON VERDURA 	CREMA DE ZANAHORIA / HORTALIZA 	ENSALADA DE GARBANZOS
	MERLUZA EN SALSA VERDE 	ALBONDIGAS EN SALSA SUAVE 	MERLUZA REBOZADA 	JAMONCITOS DE POLLO 	HUEVOS EN SALSA 	CAZON AL HORNO
	FRUTA O LÁCTEO Kcal 659,5 Lípidos 13,8 H.C. 81,7 Proteínas 41,5	FRUTA O LÁCTEO Kcal 981,0 Lípidos 41,4 H.C. 98,9 Proteínas 43,9	FRUTA O LÁCTEO Kcal 669,8 Lípidos 26,1 H.C. 76,2 Proteínas 28,3	FRUTA O LÁCTEO Kcal 935,8 Lípidos 46,9 H.C. 81,5 Proteínas 40,7	FRUTA O LÁCTEO Kcal 667,3 Lípidos 35,2 H.C. 63,4 Proteínas 20,1	FRUTA O LÁCTEO Kcal 787,7 Lípidos 33,9 H.C. 78,2 Proteínas 35,5
28	LUNES	29	30			
	JUDIAS VERDES REHOGADAS 	GAZPACHO ANDALUZ 	LENTEJAS CON ARROZ 			
	CULATA DE TERNERA ESTOFADA 	MERLUZA AL HORNO 	HAMBURGUESA CON SALSA DE TOMATE 			
	FRUTA O LÁCTEO Kcal 745,1 Lípidos 31,6 H.C. 72,6 Proteínas 35,8	FRUTA O LÁCTEO Kcal 598,3 Lípidos 21,9 H.C. 72,3 Proteínas 24,7	FRUTA O LÁCTEO Kcal 919,6 Lípidos 39,2 H.C. 87,6 Proteínas 45,3			

Lorenzo Rodríguez Moreno
NIF: 536212131
C/Granadilla, 10. 28220
Majadahonda, Madrid

Menú valorado por: COSEGAL - Lorenzo Rodríguez Moreno. C/Granadilla, 10. 28220 Majadahonda. N° Colegiado: MAD01494

Alérgenos y (Trazas): Altramuces · Apio · Crustáceos · Moluscos · Gluten · Leche · Huevos · Frutos secos · Cacahuets · Soja · Mostaza · Pescado · Sulfitos · Sésamo