



Menú Comedor

Basal

Septiembre de 2026

Lunes 31	Martes 1	Miércoles 2	Jueves 3	Viernes 4
Lunes 7	Martes 8	Miércoles 9	Jueves 10	Viernes 11
	Cumpleaños de la Virgen Macarrones integrales a la napolitana (1,(3),(10),12) Jamoncitos de pollo asados Patatas fritas Agua, pan integral (1) y fruta*	Pastel de patata con picadillo de chorizo Merluza con verduras (4) Agua, pan (1) y fruta*	Ensalada de alubias ECO Filete de sajonia a la plancha Lechuga, zanahoria y maíz Agua, pan integral (1) y fruta*	Crema de brócoli con virutas de jamón Tortilla de queso (3,2) Gajos de tomate a las finas hierbas Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Cumpleaños del Papa Ensalada de lentejas con pollo (1) Revuelto de jamón (3) Escarola con pasas Agua, pan (1) y fruta*	Crema de calabacín (2) Albóndigas en salsa (1,(2),3) Arroz integral Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)	Arroz tres delicias Bacalao en salsa veronica (4) con pimientos Agua, pan (1) y fruta*	Patatas alioli (3) Contramuslo de pollo empanada (1,3) Lechuga, cebolla y aceitunas Agua, pan integral (1) y fruta*	Pasta en salsa rústica (1,(2),(3),(10),12) Judías pintas a la boloñesa Agua, pan (1) y fruta*
Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Crema de verduras (1) Pollo al chilindrón Patatas fritas Agua, pan (1) y fruta*	Ensalada campera (3,4) Cerdo en salsa agri dulce Ensalada de tomate Agua, pan integral (1) y fruta*	Guisantes zamoranos Tortilla de patata (3) Lechuga maíz y pepino Agua, pan (1) y fruta*	Paella valenciana Salmón marinado en salsa de soja (1,(4),10) con calabacín Agua, pan integral (1) y fruta*	Pasta a la arrabiata (1,(3),(10),12) Ensalada de garbanzos con huevo y verduras (3) Agua, pan integral (1) y yogur natural (2)
Lunes 28	Martes 29	Miércoles 30	Jueves 1	Viernes 2
Coliflor gratinada (1,2) Ragout de ternera en salsa con arroz integral Agua, pan (1) y fruta*	San Miguel, San Gabriel y San Rafael Garbanzos a la riojana Cinta de lomo con salsa de mostaza y miel (12) Champiñones salteados Agua, pan integral (1) y fruta*	Arroz con magro Atún a la murciana (4,10) con pimientos Agua, pan (1) y fruta*		

1. Glúten, 2. Leche, 3. Huevo, 4. Pescado, 5. Moluscos, 6. Crustáceos, 7. Frutos de cáscara, 8. Cacahuete, 9. Sésamo, 10. Soja, 11. Altramuz, 12. Mostaza, 13. Apio, 14. Sulfitos, *Fruta de temporada

Recomendador de cenas



PRIMEROS PLATOS

COMIDA

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

CENA

Verdura o Legumbres
Verdura o pasta/arroz
Legumbres o pasta/arroz



GUARNICIONES

1º PLATO

Pasta / Arroz
Legumbres
Verduras

GUARNICIÓN

Verduras
Verduras
Pasta / Arroz, patata o legumbres



SEGUNDOS PLATOS

COMIDA

Carne
Pescado
Huevo
Legumbres

CENA

Pescado, huevo o legumbres
Huevo, carne o legumbres
Carne, pescado o legumbres
Huevo, carne o pescado



POSTRES

COMIDA

Lácteos
Fruta

CENA

Fruta
Lácteos