

MES: OCTUBRE 26

COLEGIO: ASpace SALAMANCA - **MENÚ CENA HIPOCALORICO Y DIABETICO**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
28-sep-26 JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	29-sep-26 CREMA DE ESPARRAGOS HUEVOS RELLENOS CON ATUN FRUTA DE TEMPORADA	30-sep-26 SOPA DE PASTA CON PICADILLO JAMÓN YORK CON QUESO FRESCOY AROS DE TOMATE AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	1-oct-26 CREMA DE CHAMPIÑON FILETE DE LOMO CON PIMIENTOS VITALINEA	2-oct-26 SOPA JULIANA DE VERDURA PESCADO AL HORNO CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA	3-oct-26 SOPA DE MARISCO CON PASTA FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA AROS DE TOMATE VITALINEA	4-oct-26 PISTO MANCHEGO TORTILLA DE PATATA VITALINEA
5-oct-26 PANACHÉ DE VERDURAS CON JAMÓN SALCHICHAS FRESCAS A LA PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO POSTRE DE CUAJADA	6-oct-26 CREMA DE CALABAZA LARDONES ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	7-oct-26 SOPA DE AVE CON PASTA FILETE DE MAGRO A LA PLANCHA CHAMPIÑON SALTEADO VITALINEA	8-oct-26 SOPA DE VERDURA PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	9-oct-26 CREMA DE ZANAHORIA PESCADO AL HORNO ENSALADA VITALINEA	10-oct-26 ESPINACAS GRATINADAS CON ATUN GALANTINAS VARIADAS CON QUESO FRESCO LOMO DE CABALLA Y AROS DE TOMATE (DIETA) FRUTA DE TEMPORADA	11-oct-26 CREMA DE CALABAZA FILETE DE POLLO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS VITALINEA
12-oct-26 CREMA DE VERDURA PESCADO A LA PLANCHA TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	13-oct-26 ENSALADA ENSALADA DEL CHEF HUEVOS REVUELTOS CON AJETES,SETAS Y GAMBAS FRUTA DE TEMPORADA	14-oct-26 SOPA DE AVE CON PASTA PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS VITALINEA	15-oct-26 JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN PESCADO A LA PLANCHA AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	16-oct-26 SOPA DE PESCADO TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE,MANZANA Y ZANAHORIA RALLADA VITALINEA	17-oct-26 CREMA DE CHAMPIÑON HAMBURGUESA DE POLLO PIMIENTOS ASADOS FRUTA DE TEMPORADA	18-oct-26 SOPA DE AVE CON PASTA FILETE DE PAVO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS VITALINEA
19-oct-26 PURRUSALDA CON BACALAO TORTILLA FRANCESA CON YORK AROS DE TOMATE VITALINEA	20-oct-26 SOPA DE PICADILLO GALANTINAS VARIADAS CON QUESO FRESCO LOMO DE CABALLA Y AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	21-oct-26 CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y ESPARRAGOS FRUTA DE TEMPORADA	22-oct-26 JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN FILETE DE POLLO PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO VITALINEA	23-oct-26 CREMA DE CHAMPIÑON HAMBURGUESA PLANCHA AROS DE TOMATE VITALINEA	24-oct-26 ENSALADA DE TOMATE Y ATÚN Y QUESO CENTRO DE PAVO A LA PLANCHA CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	25-oct-26 SOPA DE AVE CON PASTA TORTILLA DE PATATA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y ESPARRAGOS VITALINEA
26-oct-26 CREMA DE ESPARRAGOS PESCADO A LA PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO VITALINEA	27-oct-26 JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN PAVO A LA PLANCHA ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	28-oct-26 CREMA CALABACIN PESCADO ENCEBOLLADO VITALINEA	29-oct-26 ESPINACAS SALTEADAS CON GAMBAS GALANTINA CON QUESO FRESCO AROS DE TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	30-oct-26 SOPA DE FIDEOS CON PICADILLO ASP TORTILLA FRANCESA CON YORK AROS DE TOMATE VITALINEA	31-oct-26 ASP ENSALADA DE TOMATE, ATÚN Y QUESO FILETE DE POLLO PLANCHA CHAMPIÑON SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	1-nov-26 SOPA DE MARISCO CON PASTA LOMO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS YOGHOURT