

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: AGOSTO 26

COLEGIO: ASPACE SALAMANCA - MENÚ COMIDA HIPOCALORICO Y DIABETICO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
31-ago-26 LENTEJAS ESTOFADAS FILETE DE POLLO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA					1-ago-26 MENESTRA DE VERDURA CON CARNE FILETE DE LOMO PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO FRUTA DE TEMPORADA	2-ago-26 PASTA SALTEADA CON AJETES Y GAMBAS FILETE DE TERNERA PLANCHA PIMIENTOS ASADOS FRUTA DE TEMPORADA
3-ago-26 ENSALADA DE ARROZ FILETE DE POLLO PLANCHA TOMATE AL HORNO GRATINADO FRUTA DE TEMPORADA	4-ago-26 LENTEJAS ESTOFADAS FILETE RUSO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE HELADO	5-ago-26 MENESTRA DE VERDURA CON CARNE TORTILLA DE PATATA Y CALABACIN TOMATE AL HORNO O CRUDO FRUTA DE TEMPORADA	6-ago-26 PASTA SALTEADA CON ATUN FILETE DE MAGRO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	7-ago-26 ENSALADA CAMPERA BACALAO CON PISTO NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	8-ago-26 JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN FILETE DE LOMO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA,TOMATE,MANZANA Y ZANAHORIA,RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	9-ago-26 MELON CON JAMON PAELLA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA
10-ago-26 PURE PARMENTIER CON ATUN FILETE DE LOMO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	11-ago-26 ACELGAS SALTEADAS CON ZANAHORIAS Y PATATAS POLLO ASADO ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MANZANA Y ZANAHORIA RALLADA NATILLAS	12-ago-26 ARROZ CINCO DELICIAS SALTEADO MERLUZA A LA PLANCHA PISTO FRUTA DE TEMPORADA	13-ago-26 GARBANZOS A LA VINAGRETA FILETE DE MAGRO A LA PLANCHA ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	14-ago-26 PASTA SALTEADA CON SETAS Y GAMBAS HUEVOS RELLENOS FRIOS SOBRE JULIANA DE LECHUGA FRUTA DE TEMPORADA	15-ago-26 SOPA DE VERDURA LARDONES DE POLLO ENCEBOLLADO AL LIMON FRUTA DE TEMPORADA	16-ago-26 ROLLITOS DE ESPARRAGOS CON YORK PAELLA MIXTA FRUTA DE TEMPORADA
17-ago-26 LENTEJAS ESTOFADAS FILETE DE MAGRO PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, MANZANA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	18-ago-26 CREMA CALABACIN FILETE DE LOMO ADOBADO PLANCHA PIMIENTOS ASADOS HELADO	19-ago-26 PASTA SALTEADA CON SETAS POLLO ASADO GUARNICIÓN DE PIÑA FRUTA DE TEMPORADA	20-ago-26 SALMOREJO CORDOBES CALABACINES RELLENOS FRUTA DE TEMPORADA	21-ago-26 MENESTRA DE VERDURA HAMBURGUESA DE POLLO TOMATE PROVENZAL FRUTA DE TEMPORADA	22-ago-26 ENSALADA DE ARROZ MERLUZA A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	23-ago-26 JAMON CON MELON SALCHICHAS DE POLLO A LA PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO FRUTA DE TEMPORADA
24-ago-26 FIDEUA MARINERA TORTILLA FRANCESA TOMATE AL HORNO O CRUDO FRUTA DE TEMPORADA	25-ago-26 ALUBIAS BLANCAS GUISADAS FILETE DE POLLO PLANCHA VERDURITAS NATILLAS	26-ago-26 ENSALADA DE ARROZ MERLUZA A LA PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO FRUTA DE TEMPORADA	27-ago-26 PASTA SALTEADA CON ATUN FILETE DE MAGRO PIMIENTOS ASADOS FRUTA DE TEMPORADA	28-ago-26 ACELGAS CON PURÉ FILETE DE LOMO PLANCHA TOMATE AL HORNO O CRUDO FRUTA DE TEMPORADA	29-ago-26 MENESTRA DE VERDURA POLLO ASADO ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	30-ago-26 ROLLITOS DE ESPARRAGOS CON JAMON SOLOMILLO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, ZANAHORIA Y HELADO

VISITA NUESTRA WEB: WWW.ELGUSTODECRECER.ES