

MENU SEPTIEMBRE 2021

Sin Lactosa Sin Huevo - - Cocina Central de Extremadura

Lunes		Martes		Miércoles		Jueves		Viernes	
6		7		8		9		10	Pasta con Tomate Dieta Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Yogur de Soja
13	Crema de Calabaza Pollo Asado Arroz Pilaf Pan Fruta de Temporada	14	Garbanzos Estofados Salmón a Las Finas Hierbas Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	15	Pasta a la Provenzal Dieta Hamburguesa con Cebolla al Horno Guisantes Salteados Pan Fruta de Temporada	16	Lentejas con Pollo Merluza al Horno al Limón Zanahorias al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	17	Paella de Marisco Cinta de Lomo de Cerdo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Fruta de Temporada
20	Pasta con Verduras Dieta Ragout de Pavo Judías Verdes al Ajillo Pan Fruta de Temporada	21	Alubias Blancas Guisadas Filete de pollo a la plancha Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	22	Arroz con Tomate Filetes de Caballa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Fruta de Temporada	23	Garbanzos con Verduras Chuleta de Sajonia al Horno Brócoli al Vapor Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	24	Crema de Calabacín Bacalao al Horno al Ajillo Patatitas al Horno Pan Fruta de Temporada
27	Arroz con Pollo Merluza al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan Fruta de Temporada	28	Crema de Verduras Magro con Tomate Arroz Pilaf Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja	29	Lentejas Estofadas Bacaladilla al Horno en Salsa de Adobo Calabacín Pan Fruta de Temporada	30	Pasta con Tomate Dieta Pollo al Horno Marinado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan Integral Fruta de Temporada Yogur de Soja		

mediterránea