

MENÚ HALAL

REF: 202109E002

SEPTIEMBRE 2021	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	30	31	1	2	3
COMIDA	1º ESPAGUETIS A LA MARINERA	PURÉ DE PATATA		CREMA DE CALABACÍN	
POSTRE	2º FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
CENA	1º VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º HUEVOS	PESCADOS	CARNES MAGRAS	HUEVOS	PESCADOS
	6	7	8	9	10
COMIDA	1º FIDEUÁ DE PAVO	MERLUZA A LA VIZCAÍNA	ARROZ TRES DELICIAS	FILETE DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA	GARBANZOS GUIADOS CON VERDURAS Y BACALAO
POSTRE	2º FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
CENA	1º VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º HUEVOS	HUEVOS	PESCADOS	PESCADOS	CARNES MAGRAS
	13	14	15	16	17
COMIDA	1º LENTEJAS CON VERDURAS Y ARROZ*	MENESTRA DE VERDURAS	TALLARINES CON POLLO Y VERDURAS*	CREMA DE ZANAHORIA Y PATATA	POTAJE DE JUDÍAS CON BACALAO Y HUEVO DURO
POSTRE	2º FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
CENA	1º VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º PESCADOS	PESCADOS	HUEVOS	CARNES MAGRAS	PESCADOS
	20	21	22	23	24
COMIDA	1º PAELLA MIXTA	PATATAS REVOLCONAS (SIN ENBUTUDOS)	CREMA DE VERDURAS	BRÓCOLI SALTEADO*	GARBANZOS GUIADOS CON VERDURAS*
POSTRE	2º FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
CENA	1º VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º PESCADOS	PESCADOS	HUEVOS	CARNES MAGRAS	PESCADOS
	27	28	29	30	1
COMIDA	1º TALLARINES A LA MARINERA	FILETE DE POLLO CON SALSAS DE PERA	ARROZ A LA CUBANA CON HUEVO	TILAPIA A LA PLANCHA CON ENSALADA	JUDÍAS PINTAS ESTOFADAS CON VERDURAS Y ARROZ*
POSTRE	2º FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR	FRUTA DE TEMPORADA
CENA	1º VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA	VERDURAS / ENSALADA
	2º HUEVOS	PESCADOS	CARNES MAGRAS	CARNES MAGRAS	PESCADOS

VALOR NUTRICIONAL	
Energía:	404Kcal
HC:	31g
Proteína:	15g
HC Simp:	07g
Lípidos:	08g
Sal:	0g
AGS:	2g

VALOR NUTRICIONAL	
Energía:	405Kcal
HC:	31g
Proteína:	16g
HC Simp:	08g
Lípidos:	06g
Sal:	0g
AGS:	1g

VALOR NUTRICIONAL	
Energía:	430Kcal
HC:	31g
Proteína:	14g
HC Simp:	07g
Lípidos:	11g
Sal:	1g
AGS:	3g

VALOR NUTRICIONAL	
Energía:	411Kcal
HC:	38g
Proteína:	13g
HC Simp:	07g
Lípidos:	06g
Sal:	0g
AGS:	1g

VALOR NUTRICIONAL	
Energía:	376Kcal
HC:	32g
Proteína:	13g
HC Simp:	07g
Lípidos:	05g
Sal:	0g
AGS:	1g

NOTA: La valoración nutricional estimada se incluye el pan

Col. MAD00055
 José Ignacio Gil de Sola Díaz
 CODINMA
 Código de Identificación de Alimentos



*ALÉRGENOS

