

EI ALFREDO LOPEZ RES

Septiembre
2025

No huevo, leche y derivados

Comida

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1	2	3	4	5
Festivo	Festivo	Festivo	Festivo	Festivo
8	9	10	11	12
Puré de verdura ecológico Hamburguesa a la plancha Ensalada de colores Fruta de temporada Pan	Arroz con tomate <u>Bacalao enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	Brócoli rehogado Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Arroz Fruta de temporada Pan	Alubias blancas estofadas Merluza al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	Patatas guisadas con verduras <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada verde <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
15	16	17	18	19
<u>Ensalada de pasta sin gluten</u> Lacón al horno Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan	Crema de alubias blancas Contramuslo de pollo en salsa de champiñones Fruta de temporada Pan	Paella de verdura <u>Merluza al horno</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	Lentejas con verduras Caballa Tomate frito <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
22	23	24	25	26
Crema de calabacín <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	Garbanzos estofados Merluza en salsa de verdura Fruta de temporada Pan	<u>Sopa de verdura con pasta sin gluten</u> Ragout de ternera guisado Patatas Fruta de temporada Pan	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Salmón al horno Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	<u>Ensaladilla rusa dietas</u> <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada de lechuga <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
29	30			
Lentejas con arroz <u>Salchichas de pavo al horno</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan	Crema de calabaza Lomo fresco en salsa de verduras Fruta de temporada Pan			

Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.