

MES: Septiembre 2025

VAL DE LA ATALAYA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
<p>1</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>2</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>3</p> <p>1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>4</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta (*) 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>5</p> <p>1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>6</p> <p>1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>
<p>8</p> <p>INICIO CURSO ESCOLAR Crema de zanahoria (eco.) Pollo al chilindrón (patata, tomate, pimiento rojo y pimiento verde) Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.470/591 GT:19 GS:4 HC:72 AZ:21 PROT:31 SAL:2</p>	<p>9</p> <p>Potaje de garbanzos con arroz Filete de abadejo al horno con verduritas (cebolla, zanahoria y pimiento) Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.510/601 GT:21 GS:2 HC:71 AZ:19 PROT:30 SAL:1</p>	<p>10</p> <p>Menestra de verduras salteadas Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p> <p>VE:2.546/609 GT:27 GS:2 HC:63 AZ:23 PROT:24 SAL:1</p>	<p>11</p> <p>Macarrones integrales (eco.) con salsa napolitana (tomate, calabacín y albahaca) Merluza en salsa marinera con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p> <p>VE:2.439/583 GT:20 GS:3 HC:69 AZ:23 PROT:29 SAL:2</p>	<p>12</p> <p>Lentejas a la jardinera Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p> <p>VE:2.478/593 GT:23 GS:4 HC:66 AZ:20 PROT:27 SAL:3</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Patatas 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>14</p> <p>1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>
<p>15</p> <p>Judías verdes con refrito Pavo guisado con verduras (cebolla, zanahoria, patata y tomate) Fruta y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.465/590 GT:23 GS:4 HC:68 AZ:23 PROT:24 SAL:2</p>	<p>16</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p> <p>VE:2.501/598 GT:22 GS:4 HC:69 AZ:21 PROT:24 SAL:2</p>	<p>17</p> <p>Arroz (eco.) caldoso de verduras Filete de abadejo en salsa (guisante, patata y tomate) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.492/596 GT:21 GS:3 HC:76 AZ:19 PROT:25 SAL:2</p>	<p>18</p> <p>Sopa de cocido con pasta Cocido completo con ensalada de lechuga Yogur y pan integral (*) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p> <p>VE:2.632/630 GT:20 GS:5 HC:78 AZ:20 PROT:30 SAL:2</p>	<p>19</p> <p>Patatas guisadas Revuelto de atún con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p> <p>VE:2.446/585 GT:26 GS:4 HC:62 AZ:19 PROT:22 SAL:2</p>	<p>20</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>21</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Lácteos 1º Pasta 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>
<p>22</p> <p>Lentejas (eco.) a la castellana Filete de caballa con pisto Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.445/585 GT:19 GS:1 HC:73 AZ:20 PROT:32 SAL:1</p>	<p>23</p> <p>Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Magro de cerdo a la campesina (patata, cebolla, tomate, pimiento, zanahoria, calabacín y tomillo) con ensalada de lechuga Fruta y pan integral (*) 1º Arroz 2º Pescado con Pasta y Lácteos</p> <p>VE:2.533/606 GT:26 GS:2 HC:66 AZ:22 PROT:24 SAL:1</p>	<p>24</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p> <p>VE:2.475/592 GT:22 GS:3 HC:71 AZ:20 PROT:22 SAL:2</p>	<p>25</p> <p>Crema de calabacín (eco.) Pollo con arroz Yogur y pan integral (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p> <p>VE:2.544/609 GT:18 GS:4 HC:83 AZ:18 PROT:24 SAL:2</p>	<p>26</p> <p>Espirales pomodoro (tomate, cebolla, especias) Filete de merluza en salsa verde con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos</p> <p>VE:2.530/605 GT:19 GS:2 HC:79 AZ:24 PROT:27 SAL:2</p>	<p>27</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos 1º Patatas 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>28</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Arroz y Lácteos 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>
<p>29</p> <p>Potaje de garbanzos Salmón al horno con ensalada de lechuga Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p> <p>VE:2.505/599 GT:18 GS:2 HC:66 AZ:24 PROT:41 SAL:2</p>	<p>30</p> <p>Sopa minestrone Pollo en salsa de champiñones (champiñón, patata, cebolla y tomillo) Fruta y pan integral (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Lácteos</p> <p>VE:2.536/607 GT:19 GS:4 HC:71 AZ:20 PROT:37 SAL:2</p>					

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses