



Septiembre 2022

Diabético

		JUEVES 1		VIERNES 2		SABADO 3		DOMINGO 4					
		Coles de Bruselas salteadas Pavo a la plancha con champiñones Fruta		Ensalada alemana Solomillo al roquefort Fruta		Judías verdes rehogadas Merluza al orio con cebolla Fruta		Garbanzos con espinacas y huevo duro Pollo a la cerveza Fruta					
		Crema de verduras / Lácteo		Guisantes a la francesa/Lácteo		Crema de espárragos/Lácteo		Revuelto de champiñones/Lácteo					
LUNES 5		MARTES 6		JUEVES 8		VIERNES 9		SABADO 10		DOMINGO 11			
Menestra salteada Merluza a la plancha con limón Fruta		Lentejas con verduras Ragout de pavo al curry Fruta		Judías verdes rehogadas Carrilleras de ternera asadas Fruta		Alubias pintas con verduras Estofado de ternera Fruta		Acelgas rehogadas con bacon Pechugas a la plancha con champiñones Fruta		Brócoli con ajos Pescadilla portuguesa Fruta			
Borraja rehogada/Lácteo		Huevos duros con mayonesa/Lácteo		Crema de zanahoria/Lácteo		Sopa de cocido / Lácteo		Puré de calabacín/lácteo		Crema de verduras/Lácteo			
LUNES 12		MARTES 13		JUEVES 15		VIERNES 16		SABADO 17		DOMINGO 18			
Cardo rehogado Pollo al chilindrón Fruta		Judías verdes rehogadas Bacalao ajoarriero Fruta		Coliflor salteada con bacon Estofado a la jardinera		Crema de calabacín Alitas de pollo al ajillo con pimientos Fruta		Acelgas rehogadas Merluza al orio con pimientos Fruta		Col de hoja Magro guisado con ciruelas y pasas Fruta			
Sopa de pescado/Lácteo		Puré de puerros/Lácteo		Gazpacho/ Lácteo		Espinacas rehogadas/Lácteo		Huevo revuelto con tomate/Lácteo		Crema parmentier/Lácteo			
LUNES 19		MARTES 20		MIERCOLES 21		JUEVES 22		VIERNES 23		SABADO 24		DOMINGO 25	
Brócoli salteado con ajos Lomo a la plancha con pisto Fruta		Empedrado de garbanzos Merluza a la plancha con pimientos Fruta		Guisantes con jamón Pechugas al vino blanco Fruta		Judías verdes a la portuguesa Longaniza asada con pimientos Fruta		Borraja con jamón Merluza al horno con cebolla Fruta		Menestra a la aragonesa Albóndigas jardinera Fruta		Coliflor con pimentón Lomo sajonia con champiñones Fruta	
Sopa minestrone/Lácteo		Crema suave de espinacas/Lácteo		Sopa minestrone / Lácteo		Vichyssoise/Lácteo		Sopas de ajo/Lácteo		Crema de marisco/Lácteo		Sopa de estrellas/Lácteo	
LUNES 26		MARTES 27		MIERCOLES 28		JUEVES 29		VIERNES 30					
Alubias estofadas Bacalao vizcaína Fruta		Borraja con jamón Cabezada en salsa de zanahoria Fruta		Col de hoja salteada Jamoncitos de pollo guisados Fruta		Crema de verduras Salchichas riojana Fruta		Garbanzos con bacalao y huevo duro Merluza al orio con cebolla y pimientos Fruta					
Brócoli con ajos / Lácteo		Consomé de ave/Lácteo		Puré de puerros/Fruta		Judías verdes rehogadas/Lácteo		Salmorejo/Lácteo					