

MES: Septiembre 2023

SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Valoración

1

VE: 0/0
GT: 0
GS: 0
HC: 0
AZ: 0
PROT: 0
SAL: 0

4

5

6

7

8

VE: 0/0
GT: 0
GS: 0
HC: 0
AZ: 0
PROT: 0
SAL: 0

11

Lentejas con verduras
(zanahoria, pimiento, cebolla,
patata)
Filete de lenguadina en salsa
verde con guisantes
Fruta de temporada y pan

12

Coditos con salsa de tomate
Buñuelos de bacalao con
ensalada de lechuga y maíz
Yogur y pan integral

13

Crema de calabaza
Lomo en salsa con arroz pilaf
Fruta de temporada y pan

14

Gazpacho
Hamburguesa al horno con
patatas fritas
Yogur y pan

15

Garbanzos estofados
Tortilla francesa con ensalada
de lechuga y cebolla
Fruta de temporada y pan

VE: 3300/790
GT: 24
GS: 5
HC: 108
AZ: 19
PROT: 38
SAL: 2

18

Arroz tres delicias
Varitas de merluza con
ensalada de lechuga y
aceitunas
Fruta de temporada y pan

19

Lentejas con chorizo (cebolla,
zanahoria, pimiento, patata y
pimentón)
Tortilla de patata y calabacín
con ensalada de lechuga y
maíz
Yogur y pan integral

20

Crema de verduras
Pollo asado al limón con cous
cous
Fruta de temporada y pan

21

Espaguetis a la napolitana
Filete de merluza en salsa de
zanahoria con ensalada de
lechuga y cebolla
Yogur y pan

22

Gazpacho
Albóndigas a la jardinera
Fruta de temporada y pan

VE: 3182/761
GT: 22
GS: 5
HC: 104
AZ: 19
PROT: 36
SAL: 2

25

Lentejas estofadas con
verduras
Empanadillas de atún con
ensalada de lechuga y
zanahoria
Fruta de temporada y pan

26

Crema de verduras
Jamoncitos de pollo al ajillo
con patatas asadas
Yogur y pan integral

27

Macarrones a la carbonara
Filete de merluza al horno con
judías verdes salteadas
Fruta de temporada y pan

28

Arroz con salsa de tomate
Lomo adobado con zanahoria
al vapor
Yogur y pan

29

Alubias guisadas
Tortilla francesa de jamón york
con ensalada de lechuga y
maíz
Fruta de temporada y pan

VE: 2981/713
GT: 20
GS: 4
HC: 100
AZ: 19
PROT: 37
SAL: 1