

MES: Octubre 2023

SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
2 Arroz tres delicias Pollo asado con zanahorias salteadas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	3 Garbanzos estofados Filete de merluza al horno con judías salteadas Yogur y pan (sin gluten)	4 Crema de verduras Fingers de pollo con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan (sin gluten)	5 Sopa de ave Hamburguesa al horno con patatas fritas Yogur y pan (sin gluten)	6 Espirales a la napolitana Tortilla francesa con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 3040/727 GT: 22 GS: 6 HC: 94 AZ: 17 PROT: 34 SAL: 1
9 Sopa de ave Fingers de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (sin gluten)	10 Puré de zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas Yogur y pan (sin gluten)	11 Alubias blancas (zanahoria, patata, pimiento, cebolla, morcilla, chorizo) Tortilla francesa de jamón york con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan (sin gluten)	12 <b>FESTIVO</b>	13 Espaguetis con salsa de tomate Filete de lenguadina en salsa verde con guisantes salteados Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 3271/782 GT: 26 GS: 7 HC: 93 AZ: 19 PROT: 40 SAL: 2
16 Lentejas estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y brotes de soja Fruta de temporada y pan (sin gluten)	17 Crema de calabacín Albóndigas a la jardinera Yogur y pan (sin gluten)	18 Patatas guisadas con carne (magro, cebolla, zanahoria) Salchichas al horno con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan (sin gluten)	19 Alubias blancas (zanahoria, patata, pimiento, cebolla, morcilla, chorizo) Jamoncitos de pollo al horno con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten)	20 Macarrones a la napolitana Filete de merluza a la vasca con zanahorias baby Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 3149/753 GT: 28 GS: 8 HC: 92 AZ: 18 PROT: 37 SAL: 2
23 Sopa de arroz Fingers de pollo con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan (sin gluten)	24 Casquete sevillano Tortilla francesa con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan (sin gluten)	25 Crema de puerros Hamburguesa (ternera y pollo) en salsa (tomate, cebolla, especias) con arroz pilaf Fruta de temporada y pan (sin gluten)	26 Macarrones a la napolitana Lomo adobado con verduritas Yogur y pan (sin gluten)	27 Arroz con salsa de tomate Filete de lenguadina al horno con guisantes salteados Fruta de temporada y pan (sin gluten)	VE: 2933/702 GT: 20 GS: 6 HC: 96 AZ: 17 PROT: 32 SAL: 2
30 Lentejas estofadas con chorizo Tortilla de patata y calabacín con ensalada de lechuga y tomate Fruta de temporada y pan (sin gluten)	31 Puchero Filete de merluza al horno con ensalada de lechuga y zanahoria Yogur y pan (sin gluten)				VE: 2932/701 GT: 24 GS: 6 HC: 94 AZ: 17 PROT: 31 SAL: 2