

Septiembre 2022



CEP ANTONIO DE ULLOA

Menú basal

CATERING 45
Enseñar a comer

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|---|--|--|--|---|
| | Si se añade vinagre a la ensalada contendrá sulfitos | | 1 | 2 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| <p>12 Ensalada mediterránea(lech,tom,espárr.)</p> <p>Lentejas ECO con arroz</p> <p>Pan blanco</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Calamares en salsa y buñuelos de zanahoria. Fruta</i> 698.10 KC 24.92 PR 117.28 HC 9.98 LP 1.70 GS</p> | <p>13 Ensalada multicolor (lech, lomb y maíz)</p> <p>Pasta a la marinera</p> <p>Pan integral</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Tomate al horno con queso y lomo a la plancha. Fruta</i> 667.43 KC 30.14 PR 98.89 HC 14.80 LP 4.01 GS</p> | <p>14 Ensalada huerta (lech, pepino, zanah)</p> <p>Cocido completo</p> <p>Pan blanco</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Consomé y caballa al horno. Fruta</i> 828.58 KC 37.44 PR 107.00 HC 23.56 LP 7.54 GS</p> | <p>15 Ensalada siciliana (lech,tom,olivas)</p> <p>Estofado de patata con ternera</p> <p>Pan integral</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Ensalada mixta y hamburguesa de brócoli. Fruta</i> 488.50 KC 24.18 PR 57.16 HC 16.54 LP 5.13 GS</p> | <p>16 Ensalada Romana (lech, queso, zanah)</p> <p>Guiso de aletria con bacalao</p> <p>Pan blanco</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Crema de coliflor y pescado a la plancha. Fruta</i> 648.36 KC 15.98 PR 114.70 HC 11.25 LP 2.22 GS</p> |
| <p>19 Ensalada de lechuga, zanah. y lomb.</p> <p>Asado de pescado con patatas</p> <p>Pan blanco</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Ensalada variada y tortilla de berenjena y atún. Fruta</i> 509.23 KC 24.23 PR 76.95 HC 9.58 LP 1.85 GS</p> | <p>20 Ensalada lechuga, tomate y pepino</p> <p>Macarrones con atún, verduras y</p> <p>Pan integral</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Gazpacho y salteado de espárragos. Fruta</i> 659.48 KC 26.70 PR 98.46 HC 15.74 LP 4.38 GS</p> | <p>21 Ensalada Niçoise(lech, atún, ac. negra)</p> <p>Lentejas estofadas</p> <p>Pan blanco</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Berenjena rellena al horno con carne picada. Fruta</i> 729.72 KC 30.15 PR 110.38 HC 13.52 LP 2.24 GS</p> | <p>22</p> <p style="text-align: center;">FIESTA</p> | <p>23</p> <p style="text-align: center;">FIESTA</p> |
| <p>26 Ensalada mixta (lechuga, tomate, pavo)</p> <p>Lentejas con chorizo</p> <p>Pan blanco</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Hummus de garbanzo con crudités y pechuga de pavo a la plancha. Fruta</i> 705.18 KC 30.91 PR 104.23 HC 13.54 LP 3.41 GS</p> | <p>27 Ensalada lechuga, tomate y lomb</p> <p>Espaguetis a la boloñesa</p> <p>Pan integral</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Crema de verduras y pescado al horno. Fruta</i> 707.61 KC 36.65 PR 98.52 HC 13.28 LP 4.01 GS</p> | <p>28 Ensalada de lechuga, remolacha y maíz</p> <p>Potaje con albóndigas</p> <p>Pan blanco</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Coliflor con pimentón y jamoncito con manzana. Fruta</i> 806.72 KC 26.32 PR 113.65 HC 22.45 LP 2.93 GS</p> | <p>29 Ensalada Morada (lech, lomb, pep)</p> <p>Asado de pollo con patatas</p> <p>Pan integral</p> <p>Yogur</p> <p><i>Cena: Tortilla francesa con espárragos y tomate y pollo a la plancha. Fruta</i> 522.30 KC 31.81 PR 47.24 HC 21.55 LP 6.49 GS</p> | <p>30 Ensalada de lech, zanah, remolacha</p> <p>Arroz a banda</p> <p>Pan blanco</p> <p>Fruta de Temporada</p> <p><i>Cena: Palitos de calabacín al horno y queso fresco a la plancha. Fruta</i> 698.52 KC 21.78 PR 127.55 HC 9.35 LP 1.54 GS</p> |

Menú supervisado por Laura López Blasco, Dietista-Nutricionista con nº de col. CV00204

Alérgenos de declaración obligatoria.

