



DESAYUNO

MENÚ AGOSTO 2025

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	Vaso de leche con galletas integrales	Yogur natural sin azúcar con fruta troceada	Pan integral con loncha de pavo y bebida vegetal	Bizcocho casero de limón sin azúcar y bebida vegetal	Vaso de leche y tortitas de maíz
					1 - Sopa de pollo y verduras con pasta de piñones. - Pescado blanco a la plancha. - Fruta.
	4 - Crema de calabaza y patatas. - Tofu marinado a la plancha. - Fruta.	5 - Sopa de verduras y arroz. - Pescado blanco al horno con láminas de calabacín. - Fruta.	6 - Puré de judías blancas y verduras. - Tortilla francesa. - Fruta.	7 - Fideos a la cazuela - Albóndigas de ternera, caseras. - Fruta.	8 - Verduras cocidas con un toque de aceite de oliva. - Filete de pollo rebozado con harina integral y leche de coco, al horno. - Fruta.
COMIDA	11 - Sopa de pollo y pasta de letras. - Hamburguesas de pollo caseras a la plancha. - Fruta.	12 - Arroz blanco con salsa de tomate natural. - Tortilla francesa con atún. - Fruta.	13 - Crema de zanahoria, puerro, patata y quesito. - Hamburguesa de ternera casera a la plancha con dados de tomate natural. - Fruta.	14 - Guisado de garbanzos, zanahorias, espinacas y patatas. - Pescado blanco al horno con rodajas de berenjenas y cebolla. - Fruta.	15 FESTIVO
	18 - Crema de verduras variadas (coliflor, zanahorias, patata y calabaza). - Tortilla francesa. - Fruta.	19 - Arroz integral con verduras troceadas y daditos de ternera. - Fruta.	20 - Lentejas guisadas con verduras caseras. - Pescado blanco a la plancha. - Fruta.	21 - Tallarines con salsa de tomate natural. - Pollo rebozado con harina integral y semillas de sésamo. - Fruta.	22 - Crema de acelgas, zanahoria y patatas. - Pescado al horno con un toque de ajo y perejil. - Fruta.
	25 - Fideos a la cazuela - Dados de pescado blanco con verduras - Fruta.	26 - Crema de verduras variadas (brócoli, zanahorias, patatas y calabacín). - Filete de pavo al horno con salsa de nata y queso. - Fruta.	27 - Sopa de verduras y arroz. - Pescado blanco a la plancha con un toque de limón. - Fruta.	28 - Crema de judías blancas con verduras. - Tortilla de patatas. - Fruta.	29 - Sopa de cocido con pasta de cabello de ángel. - Filete de pollo a la plancha con un toque de ajo y perejil. - Fruta.
MERIENDA	Zumo de naranja natural y galletas integrales	Tortitas de maíz con loncha de pavo y bebida vegetal	Zumo de naranja natural y bizcocho casero de limón sin azúcar	Yogur natural sin azúcar con fruta troceada	Bebida vegetal y bizcocho casero sin azúcar

