|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | | | | **MARTES** | | | | **MIÉRCOLES** | | | | **JUEVES** | | | | **VIERNES** | | | |
| **-Día 6-** | | | | **Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\comedor sostenible-01.png-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan  *Three delights rices*  *Hake fillet in sauce wit tomato salad*  *Pineapple and bread* | | | | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan  *Riojana style potatoes*  *French omellete with lettuce and corn*  *Yogurt and bread* | | | | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan  *Stew soup*  *Full Madrid-style stew*  *Peach and bread* | | | | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao rebozado con lechuga  Plátano y pan  *Three colors pasta salad*  *Battered hake fillet with lettuce*  *Banana and bread* | | | |
| Kcal:347 | Prot: 16 | Líp: 9 | HC: 51 | Kcal:417 | Prot: 16 | Líp: 11 | HC: 54 | Kcal: 461 | Prot: 20 | Líp: 18 | HC: 59 | Kcal:477 | Prot: 20 | Líp: 16 | HC: 63 |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan  *“Salmorejo” with egg and serrano ham*  *Mixed burger in sauce with fries*  *Pear and bread* | | | | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo rebozado con ensalada de lechuga y tomate    Yogur y pan INTEGRAL  *White beans salad*  *Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\producto integral-01.pngBattered megrim with lettuce and tomato salad*  *Yogurt and WHOLEMEAL bread* | | | | **Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\comedor sostenible-01.png-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan  *Carrot and leek cream*  *Curry chicken legs with rice*  *Apple and bread* | | | | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan  *Potatoes salad*  *Papillote salmon with vegetables*  *Banana and bread* | | | | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan  *Paella*  *Pork loin with vegetables*  *Plums and bread* | | | |
| Kcal:456 | Prot: 16 | Líp: 22 | HC: 48 | Kcal:550 | Prot: 30 | Líp: 14 | HC: 76 | Kcal:504 | Prot: 22 | Líp: 17 | HC: 68 | Kcal:300 | Prot: 14 | Líp: 7 | HC: 33 | Kcal:584 | Prot: 39 | Líp: 21 | HC: 60 |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan  *Lentils with vegetables*  *Baked hake with peas*  *Banana and bread* | | | | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Roti de pavo en salsa con patatas    Pera y pan  *Broccoli with cheese*  *Turkey roll in sauce with potatoes*  *Pear and bread* | | | | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Kotlet schabowy (chuleta de cerdo empanada)  Szarlotka (tarta de manzana)  *POLISH GASTRONOMIC DAY*  *Rosol (Chicken soup)*  *Kotlet schabowy (battered pork steak)*  *Szarlotka (apple pie)* | | | | **Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\comedor sostenible-01.png-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan  *Courgette cream*  *Baked cod belly with diced carrots*  *Yogurt and bread* | | | | **Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\comedor sostenible-01.png-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan  *Vegetables fideua*  *Spanish omellete with lettuce and corn*  *Peach and bread* | | | |
| Kcal:420 | Prot: 23 | Líp: 9 | HC: 59 | Kcal:446 | Prot: 37 | Líp: 16 | HC: 37 | Kcal:436 | Prot: 21 | Líp: 15 | HC: 54 | Kcal:309 | Prot: 16 | Líp: 8 | HC: 43 | Kcal:346 | Prot: 10 | Líp: 12 | HC: 41 |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan  **Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\producto ecologico-01.png***ECOLOGICAL green beans with garlic and carrots*  **Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\comedor sostenible-01.png***Grilled beef steak with roasted potatoes*  *Pear and bread* | | | | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan  *Rice with tomato sauce*  *Roasted chicken in lemon sauce with lettuce and corn*  *Yogurt and bread* | | | | **Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\comedor sostenible-01.png-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo empanado con lechuga  Manzana y pan  *Chickpeas salad*  *Battered haddock fillet with lettuce*  *Apple and bread* | | | | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas  Yogur y pan  *Pumpkin cream*  *Sausages with mashed potatoes*  *Yogurt and bread* | | | |  | | | |
| Kcal:322 | Prot: 19 | Líp: 9 | HC: 41 | Kcal:497 | Prot: 22 | Líp: 16 | HC: 61 | Kcal:548 | Prot: 26 | Líp: 15 | HC: 77 | Kcal:476 | Prot: 16 | Líp: 26 | HC: 42 |
| **C:\Users\bmaestro\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\17455aae902095dd08c2a21c7cec5f32.pngZ:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\comedor sostenible-01.png**  **MENÚ BASAL NIÑOS**  **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  ***Menú Neurosaludable***  ***Producto Integral***  ***Producto ecológico***  **Z:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\producto integral-01.pngZ:\COMERCIAL\COC1 OFERTAS\BECARIOS\MERCEDES\GENERAL\GRAFICA ECOLOGICA\LOGOS\producto ecologico-01.png** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao rebozado con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas casero  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN FRUTOS SECOS | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao rebozado con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas casero  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN FRUTOS SECOS NI PIEL DE FRUTA  La fruta se servirá pelada o no se dará. | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao rebozado con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas casero  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN FRUTOS SECOS NI NUEZ | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Manzana y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao rebozado con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo rebozado con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Kotlet schabowy (chuleta de cerdo empanada)  Szarlotka (tarta de manzana) | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Manzana y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo empanado con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN MELOCOTÓN NI DERIVADOS | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias (sin jamón)  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas con verduras  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de fideos  Cocido madrileño sin embutidos ni carne de pollo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de merluza al horno con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo  Ragout de ternera en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Filete de ternera en salsa con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella de verduras  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Ternera asada en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Sopa de verduras  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Merluza al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con champiñones  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Cinta de lomo fresca a la plancha con puré de patatas casero  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN SAL NI AVE  No se añadirá sal en la elaboración de los platos.  No se utilizarán caldos a base de ave. | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias (sin guisantes)  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao rebozado con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo rebozado con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella (sin guisantes)  Cinta de lomo fresca con verduritas (sin guisantes)  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Espinacas con zanahoria baby  Merluza al horno con lechuga y maíz  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Kotlet schabowy (chuleta de cerdo empanada)  Szarlotka (tarta de manzana) | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo empanado con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN LENTEJAS NI GUISANTES | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur de soja y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao al horno con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur de soja y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al horno con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con cebollita  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur de soja y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur de soja y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas casero(sin leche, nata, mantequilla)  Yogur de soja y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN LACTOSA | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Fruta y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao al horno con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Fruta y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al horno con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con cebollita  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Fruta y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Fruta y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas casero (sin leche, nata, mantequilla)  Fruta y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN PROTEÍNA LÁCTEA | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias (sin jamón)  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas con verduras  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de fideos  Cocido madrileño sin embutidos  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao rebozado con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo  Hamburguesa de vacuno 100% en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo rebozado con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella de verduras  Tortilla francesa con lechuga y zanahoria  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Ternera asada en salsa con lechuga  Szarlotka (tarta de manzana) | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo empanado con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas de pavo con puré de patatas  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN CERDO | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao al horno con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa de vacuno 100% en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al horno con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Pechuga de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN GLUTEN  Todo el pan y la pasta de este menú son sin gluten. | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias  Filete de ternera en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor (sin atún)  Filete de pollo en salsa con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con huevo y jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas (sin atún)  Pechuga de pavo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera (sin atún)  Ternera asada con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella de verduras  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Tortilla francesa con lechuga y zanahoria  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Kotlet schabowy (chuleta de cerdo empanada)  Szarlotka (tarta de manzana) | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Filete de pollo al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos (sin atún)  Tortilla francesa con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN PESCADO  No se utilizarán caldos a base de pescado. | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias (sin huevo)  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Filete de ternera en salsa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor (sin huevo)  Filete de bacalao al horno con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas (sin huevo)  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera (sin huevo)  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con cebollita  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Filete de pollo a la plancha con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos (sin huevo)  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas casero  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN FRUTOS SECOS NI HUEVO  Toda la pasta de este menú es apta para alérgicos al huevo. | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias (sin huevo)  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Filete de ternera en salsa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de cocido  Cocido madrileño completo  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor (sin huevo)  Filete de bacalao al horno con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Salmorejo con jamón  Hamburguesa burger meat mixta en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Ensalada de judías blancas (sin huevo)  Pechuga de pavo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al curry con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera (sin huevo)  Salmón en papillote con verduras  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella de verduras  Cinta de lomo fresca con verduritas  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Lentejas estofadas con verduras  Merluza al horno con guisantes  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con cebollita  Roti de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras  Filete de pollo a la plancha con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Judías verdes ecológicas con ajito y zanahoria  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Ensalada de garbanzos (sin huevo)  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Salchichas frescas con puré de patatas casero  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN HUEVO NI PESCADO BLANCO PLANO  Toda la pasta de este menú es apta para alérgicos al huevo. | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **LUNES** | **MARTES** | **MIÉRCOLES** | **JUEVES** | **VIERNES** |
| **-Día 6-** | **-Día 7-**  Arroz tres delicias (sin guisantes)  Filete de merluza en salsa con ensalada de tomate  Piña en su jugo y pan | **-Día 8-**  Patatas a la riojana  Tortilla francesa con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 9-**  Sopa de fideos  Filete de pollo a la plancha con lechuga y maíz  Melocotón y pan | **-Día 10-**  Ensalada de pasta tricolor  Filete de bacalao al horno con lechuga  Plátano y pan |
| **-Día 13-**  Coliflor rehogada  Hamburguesa de vacuno 100% en salsa con patatas fritas  Pera y pan | **-Día14-**  Sopa de letras  Filete de gallo al horno con ensalada de lechuga y tomate  Yogur y pan INTEGRAL | **-Día 15-**  Crema de puerro y zanahoria  Jamoncitos de pollo al horno con arroz blanco  Manzana y pan | **-Día 16-**  Ensalada campera  Salmón en papillote con verduras (sin guisantes ni judías verdes)  Plátano y pan | **-Día 17-**  Paella (sin guisantes ni judías verdes)  Cinta de lomo fresca con verduritas (sin guisantes ni judías verdes)  Ciruelas y pan |
| **-Día 20-**  Espinacas con zanahoria baby  Merluza al horno con lechuga y maíz  Plátano y pan | **-Día 21-**  Brócoli con queso  Pechuga de pavo en salsa con patatas  Pera y pan | **-Día 22-**  **JORNADA GASTRONOMICA POLACA**  Rosol (sopa de pollo)  Cinta de lomo a la plancha con lechuga y maíz  Manzana y pan | **-Día 23-**  Crema de calabacín  Ventresca de bacalao al horno con daditos de zanahoria  Yogur y pan | **-Día 24-**  Fideúa de verduras (sin guisantes ni judías verdes)  Tortilla española con lechuga y maíz  Melocotón y pan |
| **-Día 27-**  Sopa de estrellas  Bistec de ternera a la plancha con patata asada  Pera y pan | **-Día 28-**  Arroz blanco con salsa de tomate  Pollo asado al limón con lechuga y maíz  Yogur y pan | **-Día 29-**  Acelgas salteadas con ajito y pimentón  Filete de abadejo al horno con lechuga  Manzana y pan | **-Día 30-**  Crema de calabaza  Cinta de lomo fresca con puré de patatas casero  Yogur y pan |  |
| **CENTRO ARQUITECTO GAUDÍ**  **SEPTIEMBRE 2021**  MENÚ SIN LEGUMBRE | | | | |