SERUNION EDUCA

09 - SIN LACTOSA-SIN FRUTOS SECOS

CATERING ZAMORA

junio-26

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
01 Lentejas estofadas con patata y zanahoria Jamoncitos de pollo al horno con finas hierbas Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan	02 Crema de calabaza y patata Albóndigas mixtas (ternera-cerdo) en salsa de tomate Fruta fresca y pan integral	03 Alubias blancas estofadas (patata,cebolla,pimiento,zanahoria) Tortilla de patata Ensalada de tomate Fruta fresca y pan	04 Paella de verduras (champiñón, pimiento, zanahoria y cebolla) Merluza al horno en salsa de curry Fruta fresca y pan integral	05 Macarrones integrales con salsa de tomate Crema de garbanzos y patata Ensalada de lechuga Yogur de soja y pan
08 Judías verdes al ajoarriero Merluza al horno con patatas Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan	09 Sopa de ave con fideos Cocido completo Fruta fresca y pan integral	10 Arroz integral con pisto(tomate, calabacín, berenjena, pimiento, cebolla) Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan	11 Patatas guisadas con zanahoria, pimiento rojo y verde Caballa al horno Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan integral	12 Alubias blancas con calabaza Pechuga de pavo al horno con patatas Yogur de soja y pan
15 Arroz con salsa de tomate natural Garbanzos con maiz, pimientos y cebolla Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan	16 Menestra (zanahoria, guisante, coliflor, judía verde) con patatas Tortilla de patata Fruta fresca y pan integral	17 Sopa de ave con fideos integrales Filete ruso de ternera con tomate y patata dado Fruta fresca y pan	18 Crema de calabacín y patata Contramuslo de pollo en salsa chilindrón Ensalada de tomate Fruta fresca y pan integral	19 Lentejas estofadas con patata y zanahoria Abadejo en su jugo Ensalada de lechuga Yogur de soja y pan
22 Crema de verduras (patata,calabacín,zanahoria y acelga) Salmón horneado con salsa al eneldo Fruta fresca y pan	23 Alubias blancas estofadas (patata,cebolla,pimiento,zanahoria) Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan integral	24 Macarrones con salsa de tomate natural Escalope de pollo al horno Ensalada de tomate Yogur de soja y pan	25 FIN DE CURSO	26 FIN DE CURSO
29	30			