

MENÚ AGOSTO 2026

DESAYUNO

LUNES

Vaso de leche con galletas integrales

MARTES

Yogur natural sin azúcar con fruta troceada

MIÉRCOLES

Pan integral con loncha de pavo y bebida vegetal

JUEVES

Bizcocho casero de limón sin azúcar y bebida vegetal

VIERNES

Vaso de leche y tortitas de maíz

COMIDA

3

- Crema de calabaza y patatas
- Tofu marinado a la plancha
- Fruta.

4

- Sopa de verduras y arroz
- Pescado blanco al horno con láminas de calabacín
- Fruta.

5

- Puré de judías blancas y verduras
- Tortilla francesa
- Fruta.

6

- Fideos a la cazuela
- Albóndigas de ternera, caseras en su salsa
- Fruta.

7

- Verduras variadas cocidas con aceite de oliva
- Filete de pollo rebozado con harina integral y leche de coco
- Fruta.

10

- Sopa de pollo con pasta de letras
- Hamburguesas de pollo caseras, a la plancha
- Fruta.

11

- Arroz blanco con salsa de tomate natural
- Tortilla francesa con atún
- Fruta.

12

- Crema de zanahoria, puerro y patata
- Hamburguesa de ternera a la plancha con dados de tomate natural
- Fruta.

13

- Guisado de garbanzos, zanahorias, espinacas y patatas
- Pescado blanco al horno con rodajas de berenjena
- Fruta.

14

- Crema de calabacín, puerro y patatas
- Tofu marinado a la plancha
- Fruta.

17

- Crema de verduras variadas (coliflor, zanahorias, patata y calabaza)
- Tortilla francesa
- Fruta.

18

- Arroz integral con verduras y carne de ternera picada
- Fruta.

19

- Lentejas guisadas con verduras caseras
- Pescado blanco a la plancha con un toque de limón
- Fruta.

20

- Tallarines con salsa de tomate natural
- Filete de pollo rebozado con harina integral y leche de coco
- Fruta.

21

- Crema de acelgas, zanahorias y patatas
- Tofu marinado a la plancha
- Fruta.

24

- Macarrones integrales con salsa boloñesa (tomate natural, verduras y ternera) y queso
- Fruta.

25

- Crema de verduras variadas (brócoli, zanahorias, patatas y calabacín)
- Varitas de pavo rebozadas con harina integral y semillas de sésamo
- Fruta.

26

- Sopa de verduras y arroz integral
- Pescado blanco al horno con un toque de ajo y perejil
- Fruta.

27

- Puré de judías blancas y verduras
- Tortilla de patatas
- Fruta.

28

- Sopa de cocido con pasta de cabello de ángel
- Filete de pollo a la plancha
- Fruta.

31

- Espaguetis con salsa de tomate natural y queso
- Tortilla francesa
- Fruta.

MERIENDA

Bebida vegetal con tostadas de pan integral y queso fresco

Vaso de leche con tortitas de maíz y loncha de pavo

Bebida vegetal y bizcocho casero de limón sin azúcar

Yogur natural sin azúcar con fruta troceada

Vaso de leche y bizcocho casero sin azúcar

