

DIETA NO LÁCTEOS

CENTROS ESCOLARES

Del 2 de Septiembre al 3 de Noviembre de 2019



LUNES
02-SEP. -30-SEP. -28-OCT.
PURE DE ACELGAS Y ZANAHORIAS
LOMO CON SALSA DE VERDURAS
MENESTRA
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
03-SEP. -01-OCT. -29-OCT.
POTAJE DE VERDURAS
MACARRONES CON ATÚN
PAN
YOGUR DE SOJA

MIÉRCOLES
04-SEP. -02-OCT. -30-OCT.
POTAJE DE LEGUMBRES
TORTILLA DE PAPAS
ENSALADA 4 COLORES
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
05-SEP. -03-OCT. -31-OCT.
CREMA DE BERROS
ARROZ A LA MARINERA
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
06-SEP. -04-OCT. -01-NOV.
SOPA DE PUCHERO CON GARBANZOS
FILO EN SALSA DE CHAMPIÑONES
PAPAS PANADERAS
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
09-SEP. -07-OCT.
POTAJE DE LENTEJAS
ALBONDIGAS N. A LA CASERA
ARROZ PILAW
PAN
NATILLA DE SOJA

MARTES
10-SEP. -08-OCT.
CREMA DE CALABAZA
LOMITOS DE CARBONERO CON MOJO VERDE
PAPAS ARRUGADAS
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
11-SEP. -09-OCT.
SOPA DE POLLO Y HIERBAHUERTO
ROPAVIEJA MIXTA
PAN
FRUTA EN ALMIBAR

JUEVES
12-SEP. -10-OCT.
PURÉ DE PUERROS
TORTILLA DE CALABACÍN
ENSALADA DIVERTIDA
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
13-SEP. -11-OCT.
POTAJE VERDE
PIZZA FANTASÍA S/QUESO
PAN INTEGRAL
YOGUR DE SOJA

LUNES
16-SEP. -14-OCT.
SOPA DE CARNE
CAZUELA DE FOGONERO
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
17-SEP. -15-OCT.
CREMA DE CALABACÍN
ARROZ A LA CUBANA
PAN
YOGUR DE SOJA

MIÉRCOLES
18-SEP. -16-OCT.
RANCHO CANARIO
LOMO AL HORNO
ENSALADA CAMPERA
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
19-SEP. -17-OCT.
PURÉ DE 7 VERDURAS
EMPANADILLAS
LÁMINAS DE TOMATE
PAN
HELADO S.T.

VIERNES
20-SEP. -18-OCT.
POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
ESPAGUETTIS A LA BOLOÑESA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
23-SEP. -21-OCT.
SOPA DE PESCADO
JAMONCITOS DE POLLO AL LIMÓN
PISTO DE VERDURAS
PAN
YOGUR DE SOJA

MARTES
24-SEP. -22-OCT.
POTAJE DE OTOÑO
ATÚN EN ADOBO
PAPAS AL VAPOR
PAN
FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
25-SEP. -23-OCT.
PURÉ DE ESPINACAS Y ACELGAS
JUDIAS PINTAS COMPUESTAS
ARROZ BLANCO
PAN
GELATINA

JUEVES
26-SEP. -24-OCT.
CREMA DE BRÓCOLI
CODITOS CON TOMATE Y PAVO
PAN
FRUTA NATURAL

VIERNES
27-SEP. -25-OCT.
POTAJE DE LENTEJAS CON CALABAZA
CROQUETAS S.T. DE ABADEJO
ENSALADA CALIFORNIA ESPECIAL
PAN INTEGRAL
FRUTA EN ALMIBAR