

# DIETA BASAL

CEIP AGUSTÍN ESPINOSA

del 5 de Septiembre al 4 de Noviembre de 2016



LUNES
5 SEPT. - 3 OCT. - 31 OCT
SOPA DE PESCADO
FILO EN SALSA
PAPAS PANADERAS
PAN
FRUTA EN ALMIBAR

MARTES
6 SEPT. - 4 OCT - 1 NOV
POTAJE DE GARBANZOS
ARROZ AMARILLO
PAN
NATILLAS

MIÉRCOLES
7 SEPT. - 5 OCT. - 2 NOV.
CREMA DE BERROS
PESCADO AL MOJO VERDE
SALTEADO DE PAPITAS Y VERDURAS
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
8 SEPT. - 6 OCT - 3 NOV.
POTAJE DE VERDURAS
MACARRONES AL ESTILO DE LA ABUELA
QUESO RALLADO
PAN
YOGUR DE SABORES

VIERNES
9 SEPT. - 7 OCT. - 4 NOV.
PURÉ DE ZANAHORIAS
CROQUETAS DE MERLUZA
ENSALADA CAPRICIOSA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
12 SEPT. - 10 OCT
CREMA DE ESPINACAS
SALCHICHAS CON TOMATE
ARROZ BLANCO
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
13 SEPT. - 11 OCT
RANCHO CANARIO
PESCADO A LA RIOJANA
VERDURAS SALTEADAS
PAN
YOGUR DE SABORES

MIÉRCOLES
14 SEPT. - 12 OCT
POTAJE CASERO
PIZZA MARINERA
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
15 SEPT. - 13 OCT
SOPA DE TERNERA
JAMONCITO DE POLLO EN SALMOREJO
PAPAS A CUADROS
PAN
GELATINA

VIERNES
16 SEPT. - 14 OCT
POTAJE DE JUDIAS PINTAS
TORTILLA CON JAMÓN Y QUESO
ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
19 SEPT. - 17 OCT
PURÉ DE BUBANGOS
ALBÓNDIGAS EN SALSA CASERA
PAPAS AL HORNO
PAN
YOGUR DE SABORES

MARTES
20 SEPT. - 18 OCT
POTAJE DE LENTEJAS
SAN JACOBOS
ENSALADA NICOISSE
PAN
FRUTA EN ALMIBAR

MIÉRCOLES
21 SEPT. - 19 OCT
POTAJE DE COLES Y ACELGAS
ARROZ CON POLLO Y VERDURAS
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
22 SEPT. - 20 OCT
SOPA DE PUCHERO
ROPAVIEJA CON PAPITAS A CUADROS
PAN
PETIT SUISSE

VIERNES
23 SEPT. - 21 OCT
CREMA CANARIA
PESCADO ENCEBOLLADO
MENESTRA TRICOLOR
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL

LUNES
26 SEPT. - 24 OCT
SOPA DE GALLINA
LOMO AL HORNO
ARROZ 3 DELICIAS
PAN
FRUTA NATURAL

MARTES
27 SEPT. - 25 OCT
POTAJE DE HORTALIZAS
ESPAGUETTIS A LA BOLOÑESA DE ATÚN
QUESO RALLADO
PAN
GELATINA

MIÉRCOLES
28 SEPT. - 26 OCT
POTAJE DE ALUBIAS BLANCAS
TORTILLA ESPAÑOLA
PAVO
PAN
FRUTA NATURAL

JUEVES
29 SEPT. - 27 OCT
CREMA VERDE
CHURROS DE PESCADO
ENSALADA DE COLORES
PAN
YOGUR DE SABORES

VIERNES
30 SEPT. - 28 OCT
PURÉ DE CALABAZA
PIZZA A NUESTRO ESTILO
PAN INTEGRAL
FRUTA NATURAL