

# DIETA NO CARNE

CEO LA PARED

Enero y Febrero 2022



LUNES
10-ENE. -07-FEB.
CREMA DE ESPINACAS
ARROZ VERDE CON ALCACHOFAS
PAN FRUTA NATURAL

LUNES
11-ENE. -08-FEB.
POTAJE DE BUBANGO
VARITAS DE MERLUZA
VERDURAS DE LA HUERTA
PAN FRUTA NATURAL

LUNES
12-ENE. -09-FEB.
POTAJE DE 7 VERDURAS
ESPIRALES CON PISTO
QUESO RALLADO
PAN FRUTA NATURAL

LUNES
13-ENE. -10-FEB.
PURÉ DE CALABAZA
ROPAVIEJA VEGANA
PAN FRUTA NATURAL

VIERNES
14-ENE. -11-FEB.
POTAJE DE JUDIAS PINTAS
PASTEL DE ESPINACAS
ENSALADA DE TOMATES
PAN INTEGRAL YOGUR DE SABORES

LUNES
17-ENE. -14-FEB.
POTAJE DE JARDINERO
FOGONERO EN SALSA VIZCAINA
JARDINERA DE VERDURAS
PAN FRUTA NATURAL

MARTES
18-ENE. -15-FEB.
PURÉ DE HORTALIZAS
JUDIAS PINTAS COMPUESTAS CON VERDURAS
ARROZ BLANCO
PAN YOGUR DE SABORES

MIÉRCOLES
19-ENE. -16-FEB.
POTAJE DE BERROS
HAMBURGUESA VEGETAL
MACARRONES SALTEADOS
PAN FRUTA NATURAL

JUEVES
20-ENE. -17-FEB.
POTAJE DE LENTEJAS CON CALABAZA
PIZZA DE ESPINACAS Y CHAMPIÑON
PAN FRUTA NATURAL

VIERNES
21-ENE. -18-FEB.
CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS
SARDINAS EN ACEITE
PAPAS GUISADAS
PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

LUNES
24-ENE. -21-FEB.
CREMA DE COLIFLOR
CARBONERO AL HORNO
PAPAS DORADAS
PAN GELATINA H.

MARTES
25-ENE. -22-FEB.
POTAJE CANARIO
ESPAGUETTIS A LA MARINARA
QUESO RALLADO
PAN FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
26-ENE. -23-FEB.
PURÉ DE LENTEJAS
PAELLA DE LA HUERTA
PAN FRUTA NATURAL

JUEVES
27-ENE. -24-FEB.
POTAJE DE ESPINACAS Y JUDIAS BLANCAS
CROQUETAS DE ABADAJO
ENSALADILLA RUSA
PAN FRUTA NATURAL

VIERNES
28-ENE. -25-FEB.
POTAJE HORTELANO
TORTILLA ESPAÑOLA
VERDURAS SALTEADAS BC
PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

LUNES
31-ENE. -28-FEB.
SOPA MARINERA
LASAÑA VEGETAL
PAN FRUTA NATURAL

MARTES
01-FEB. -01-MAR.
RANCHO CANARIO
CHURROS DE PESCADO
ENSALADA 4 COLORES
PAN FRUTA NATURAL

MIÉRCOLES
02-FEB. -02-MAR.
PURÉ DE ZANAHORIA Y BUBANGO
RAGUT DE SOJA CON VERDURAS
PAN YOGUR DE SABORES

JUEVES
03-FEB. -03-MAR.
CREMA DE ACELGAS
LENTEJAS COMPUESTAS VEG.
ARROZ BLANCO
PAN FRUTA NATURAL

VIERNES
04-FEB. -04-MAR.
POTAJE DE VERDURAS
PIZZA MARINERA
PAN INTEGRAL FRUTA NATURAL

La información completa sobre Ingredientes, así como la Valoración Nutricional del Menú Basal la podrán obtener a través de su Centro Educativo. En cumplimiento del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento y del Consejo Europeo y del R.D. 126/2015

