

MES: Septiembre 2025

BARCELONA

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

2

3

4

5

8

Arroz blanco con salsa de tomate (apta)
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan

VE:3.434/821 GT:21 GS:5 HC:129 AZ:28 PROT:33 SAL:1

9

Crema de verduras
Revuelto de queso con salteado de verduras
Fruta y pan integral

VE:2.387/571 GT:20 GS:3 HC:80 AZ:31 PROT:24 SAL:1

10

Sopa de estrellas
Pollo asado con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)
Fruta y pan

VE:2.368/567 GT:10 GS:3 HC:78 AZ:27 PROT:40 SAL:1

11

Patatas estofadas
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan integral

VE:2.576/616 GT:18 GS:4 HC:87 AZ:26 PROT:34 SAL:1

12

Crema de calabacín (eco.)
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:2.184/522 GT:10 GS:1 HC:82 AZ:31 PROT:25 SAL:1

15

Crema de verduras
Pollo asado al romero con arroz integral salteado al ajillo
Yogur y pan

VE:2.441/584 GT:21 GS:6 HC:71 AZ:13 PROT:27 SAL:1

16

Coditos gratinados con salsa de tomate (apta)
Filete de ternera con zanahorias salteadas
Fruta y pan integral

VE:3.179/761 GT:12 GS:3 HC:103 AZ:46 PROT:50 SAL:1

17

Crema de calabaza (eco.)
Lomo al horno con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:2.349/562 GT:14 GS:3 HC:79 AZ:27 PROT:31 SAL:3

18

Sopa de pasta
Tortilla de calabacín con ensalada de lechuga y zanahoria
Fruta y pan integral

VE:2.395/573 GT:21 GS:3 HC:90 AZ:28 PROT:17 SAL:1

19

Arroz blanco con salsa de tomate (apta)
Pavo a la plancha con ensalada de lechuga y tomate
Fruta y pan

VE:2.962/709 GT:7 GS:1 HC:132 AZ:31 PROT:29 SAL:1

22

Macarrones (integrales) con salsa de quesos
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y remolacha
Yogur y pan

VE:3.053/730 GT:25 GS:9 HC:82 AZ:15 PROT:41 SAL:1

23

Crema de zanahoria
Albóndigas caseras con patatas panaderas
Fruta y pan integral

VE:3.043/728 GT:26 GS:9 HC:96 AZ:32 PROT:31 SAL:1

24

Sopa de pasta
Filete de ternera con ensalada
Fruta y pan

VE:2.167/518 GT:7 GS:1 HC:79 AZ:27 PROT:38 SAL:1

25

Arroz a la napolitana con salsa de tomate (apta)
Jamoncitos de pollo al limón con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna)
Fruta y pan integral

VE:3.177/760 GT:13 GS:3 HC:118 AZ:28 PROT:45 SAL:1

26

Crema de verduras
Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz
Fruta y pan

VE:2.913/697 GT:26 GS:4 HC:92 AZ:30 PROT:24 SAL:1

29

Sopa de ave con fideos y quinoa
Lomo a la plancha con ensalada de lechuga y zanahoria
Yogur y pan

VE:2.352/563 GT:26 GS:8 HC:52 AZ:12 PROT:35 SAL:1

30

Espirales pomodoro (tomate, cebolla, especias) con salsa de tomate (apta)
Pechuga de pollo a la plancha con ensalada de lechuga, zanahoria y maíz
Fruta y pan integral

VE:3.147/753 GT:16 GS:3 HC:113 AZ:30 PROT:44 SAL:1

SIN LEGUMBRE, PESCADO,
PLATANO