



COLEGIO MIRALMONTE

sep-26

SIN HUEVO + SIN CARNE DE AVE

08-sep	09-sep	10-sep	11-sep
Arroz marinero	Ensalada de pasta (sin gluten/huevo)	Lentejas a la jardinera	Patatas a la riojana (con verduras y toque de chorizo)
Hummus de garbanzos	Lomode cerdo al chimichurri	Queso fresco con tomate a rodajas	Merluza en salsa verde
Guarnición: crudités de verduras	Guarnición: patatas panadera	Guarnición: ensalada	Guarnición: ensalada de temporada
Fruta	Fruta	Fruta	Batido casero de fruta
14-sep	15-sep	16-sep	17-sep
Ensalada de patata	Potaje de garbanzos con verduras	Pasta (sin gluten/huevo) a la napolitana con queso	Ensalada de patata con tomate, pepino y aceitunas
Lomo de cerdo en salsa	Merluza enharinada casera (sin huevo)	Bacalao en salsa mery	Fajitas rellenas de boloñesa vegetal
Guarnición: mazorca de maíz	Guarnición: ensalada	Guarnición: ensalada	Guarnición: ensalada
Fruta	Fruta	Yogur natural sin azúcar	Fruta
21-sep	22-sep	23-sep	24-sep
Lentejas de la abuela	Crema de calabacín, cebolla y patata ECO	Pasta (sin gluten/huevo) con salsa de verduras	Arroz con tomate
Guisantes salteados con tomate y cebolla	Hamburguesa de cerdo	Salmón al horno con salsa de miel y mostaza	Longanizas de cerdo
Guarnición: ensalada	Guarnición: ensalada	Guarnición: ensalada	Guarnición: ensalada
Fruta	Fruta	Yogur natural sin azúcar	Fruta
28-sep	29-sep	30-sep	
Sopa de verduras con fideos (sin gluten/huevo)	Guisado ECO de patatas y verduras	Paella de verduras	
Cocido completo vegano	Merluza al horno	Wok vegetal	
Guarnición: ensalada	Guarnición: ensalada	Guarnición: ensalada	
Fruta	Fruta	Fruta	