

ENERO ST PETER'S OVOLACTOVEGETARIANO

LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
		FIESTA	FIESTA	FIESTA
		1	2	3
FIESTA	FIESTA	1P MACARRONES A LA NAPOLITANA CON QUESO RALLADO (salsa de tomate c asera) (1, 3, 7, T6, T10) 2P CROQUETAS DEESPINACAS (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU JUDÍA VERDE SALTEADA PO MELOCOTÓN EL ALMÍBAR	1P PAELLA DE VERDURAS 2P TOFU AL HORNO (cebolla y tomate natural) (1, 6) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL PO FRUTA DEL TIEMPO	1P VERDURA DEL TIEMPO 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE PO YOGUR (7)
6	7	8	9	10
1P ARROZ A LA NAPOLITANA REVUELTO DE HUEVO CON SETAS 2P (3) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE CALABAZA (patata y puerro) 2P SALCHICHAS VEGETALES A LA PLANCHA (1, 6) GU DADOS DE PATATAS SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL PO FRUTA DEL TIEMPO	1P PATATAS GUIADAS CON VERDURAS 2P TOFU SALTEADO (1, 6) GU CHAMPIÑONES PORTOBELLO SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7)	1P SOPA CASERA DE VERDURAS CON PISTONES (1, 9, T6, T10) 2P TORTILLA DE CALABACÍN, PATATA Y CEBOLLA (3) GU ZANAHORIAS ASADAS CON BALSÁMICO Y COMINO (12) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P VERDURA DEL TIEMPO 2P GARBANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS (sofrito de cebolla, ajo, pimientos y tomate) GU ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ PO NATILLAS (3, 7)
13	14	15	16	17
1P ESPAGUETIS A LA NAPOLITANA (salsa de tomate casera) CON QUESO RALLADO (1, 3, 7, T6, T10) 2P HUMMUS CASERO CON DIPS DE VERDURAS GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO	1P VERDURA DEL TIEMPO 2P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS GU CALABACÍN A LA PLANCHA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ TRES DELICIAS (maíz, guisantes y zanahoria) 2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO FRUTA DEL TIEMPO	1P GUIANTES HERVIDOS CON PATATAS 2P TOFU CON CERDURAS (1, 6) GU BONIATO AL HORNO PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE CALABAZA (patata y puerro) 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA A LA PLANCHA (1, 6) GU AROS DE CEBOLLA (1) PO NATILLAS DE CHOCOLATE (3, 7)
20	21	22	23	24
1P MENESTRA DE VERDURAS 2P FINGERS DE MOZARELLA (1, 7, 14, T2, T3, T4, T6, T8, T9, T10, T11) GU GUIANTES SALTEADOS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ CON SOFRITO DE HORTALIZAS 2P TORTILLA FRANCESA (3) GU ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA Y CEBOLLA ROJA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P VERDURAS AL HORNO 2P ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS (sofrito de cebolla,ajos,pimientos y tomate) GU PATATA "AL CALIU" PO YOGUR (7)	1P SOPA CASERA DE VERDURAS CON PISTONES (1, 9, T6, T10) 2P HUMMUS CASERO CON DIPS DE VERDURAS GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, MAIZ Y REMOLACHA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE VERDURAS 2P FRICANDÓ DE SEITÁN (1, 6) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 6, 10) PO TARTA SAN MARCOS (1, 3, 6, 7)
27	28	29	30	31

Menú validado por dietistas-nutricionistas colegiadas de SANED (CAT002342)

FRUTA DEL TIEMPO 

