

		MENÚ BASAL CENTROS ESCOLARES												PL.20.02.02					
		3º TRIMESTRE CURSO 2025-2026												VERSIÓN 1					
DIETA PARA DIABETES															FECHA: 30/04/2025				
LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES			
06-abr	04-may	01-jun		07-abr	05-may	02-jun		08-abr	06-may	03-jun		09-abr	07-may	04-jun		10-abr	08-may	05-jun	
SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y GARBANZOS FILETE DE MERLUZA EMPANADO CON ENSALADA GRIEGA FRUTA NATURAL				POTAJE DE LENTEJAS TORTILLA DE PAPAS (HORNO) CON ENSALADA VALENCIANA FRUTA NATURAL				SOPA DE PESCADO (ABADEJO) CON ARROZ JAMONCITO DE POLLO (HORNO) EN ADOBO CON ENSALADA DE ATÚN YOGURT NATURAL SIN AZÚCAR				PURÉ DE ESPINACAS SPAGUETTI INTEGRAL CON ATÚN, SALSA SICILIANA Y QUESO RALLADO FRUTA NATURAL				CREMA DE CALABAZA ROPA VIEJA MIXTA (TERNERA Y POLLO) FRUTA NATURAL			
13-abr				14-abr				15-abr				16-abr				17-abr			
POTAJE DE VERDURAS ARROZ AMARILLO CON POLLO FRUTA NATURAL				SOPA DE PESCADO (MERLUZA) CON ARROZ LOMO DE CERDO (HORNO) AL AJILLO CON PAPAS SANCOCHADAS FRUTA NATURAL				CREMA DE CALABACINOS PECHUGA DE POLLO EMPANADA CON ENSALADA DE ATÚN Y HUEVO YOGURT NATURAL SIN AZÚCAR				SOPA CAMPESINA (POLLO Y FIDEOS) PESCADO AL HORNO (ABADEJO), CON ENSALADA PRIMAVERA, PELLA DE GOFIO Y MOJO ROJO FRUTA NATURAL				PURÉ DE ZANAHORIA Y PUERRO ENSALADA DE PASTA (INTEGRAL) FRUTA NATURAL			
20-abr				21-abr				22-abr				23-abr				24-abr			
SOPA DE POLLO CON FIDEOS Y GARBANZOS TORTILLA DE PAPAS (HORNO) CON TOMATES ALIÑADOS FRUTA NATURAL				POTAJE DE LENTEJAS PASTA INTEGRAL CON PAVO, SALSA AURORA Y QUESO RALLADO FRUTA NATURAL				SOPA DE PESCADO (ABADEJO) CON ARROZ JAMONCITO DE POLLO (HORNO) A LA BARBACOA CON ENSALADA DE AGUACATE YOGURT NATURAL SIN AZÚCAR				CREMA DE COL BLANCA ALBÓNDIGA MIXTA (CERDO Y POLLO) AL HORNO CON SALSA CASERA Y PAPAS SANCOCHADAS FRUTA NATURAL				PURE DE BATATA Y ÑAME FILETE DE MERLUZA EMPANADO CON ENSALADA CÉSAR FRUTA NATURAL			
27-abr				28-abr				29-abr				30-abr				01-may			
CREMA DE CALABACINOS Y ZANAHORIA ARROZ AMARILLO CON POLLO Y CALABAZA FRUTA NATURAL				SOPA DE TERNERA CON FIDEOS Y GARBANZOS CROQUETAS CASERAS DE ATÚN CON ENSALADA DE PAVO Y HUEVO FRUTA NATURAL				PURÉ DE VERDURAS PASTA INTEGRAL CON TIRAS DE POLLO Y SALSA POMODORO YOGURT NATURAL SIN AZÚCAR				POTAJE DE BERROS CON JUDÍAS PESCADO (ABADEJO) AL HORNO, ENSALADA CANARIA CON HUEVO, PELLA DE GOFIO Y MOJO VERDE FRUTA NATURAL				SOPA DE PESCADO (MERLUZA) CON ARROZ POLLO (HORNO) EN SALSA DE MANZANA CON ENSALADA MIXTA FRUTA NATURAL			

LAS RACIONES DEBERÁN SER PESADAS EN EL COMEDOR EN FUNCIÓN DE LA PAUTA MÉDICA DE CADA COMENSAL
LOS PLATOS DE LOS COMENSALES DIABÉTICOS SERÁN SUPLEMENTADOS CON PAPAS O ARROZ
CUANDO HAYA GUARNICIÓN DE VERDURAS O ENSALADA
EL POSTRE LÁCTEO SERÁ SUSTITUIDO POR UNO SIN AZÚCAR



LOS PRIMEROS PLATOS SE ENVIARÁN DE LA FORMA QUE SE INDICA A CONTINUACIÓN, SIEMPRE QUE ASÍ LO SOLICITEN LOS CENTROS:

- SI EL CENTRO DISPONE DE BATIDORA: LOS PURÉS SE ENVIARÁN ENTEROS CON LAS LEGUMBRES APARTE PARA PESARLAS.
- SI LOS CENTROS NO DISPONEN DE BATIDORA: LOS PURÉS SE ENVIARÁN MOLIDOS SIN PAPAS NI LEGUMBRES.
- LAS SOPAS SE ENVIARÁN CON LOS GARBANZOS Y EL ARROZ APARTE.

LOS SEGUNDOS PLATOS QUE SEAN PLATOS COMPUESTOS SE ENVIARÁN POR SEPARADO PARA FACILITAR EL PESAJE (PROTEÍNA Y CARBOHIDRATO)

