

MENU AFA MÁLAGA RICO EN HIERRO OTOÑO / INVIERNO 2023

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SEMANA 1º	LENTEJAS HAMBURGUESAS PESCADO CON VERDURAS FRUTA ENTERA	SOPA DE PICADILLO POLLO AL HORNO CON VERDURAS LACTEO SIN AZÚCAR	GUISO DE PATATAS CON VERDURAS PESCADO AZUL CON VERDURAS COMPOTA FRUTA	ARROZ CON VERDURAS CARNE EN SALSA MENESTRA LACTEO SIN AZÚCAR	POTAJE DE GARBANZOS CROQUETAS DE COCIDO CON ENSALADA FRUTA ENTERA
SEMANA 2º	SOPA DE PICADILLO ALBÓNDIGAS CON PATATAS FRUTA ENTERA	POTAJE DE HABICHUELAS MERLUZA CON ENSALADA LACTEO SIN AZÚCAR	FIDEOS MARINERA PASTEL DE CARNE COMPOTA DE FRUTA	LENTEJAS PESCADO AL AJILLO CON GUISANTES LACTEO SIN AZÚCAR	ARROZ CON VERDURAS BOQUERONES EN TEMPURA CON ENSALADA FRUTA ENTERA
SEMANA 3º	GUISO DE PATATAS CON VERDURAS CROQUETAS COCIDO CON ENSALADA FRUTA ENTERA	MUSAKA PESCADO CON ENSALADA LACTEO SIN AZÚCAR	MACARRONES BOLOÑESA POLLO AL HORNO CON VERDURAS COMPOTA DE FRUTA	POTAJE DE HABICHUELAS MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA LACTEO SIN AZÚCAR	PUCHERO EMPANADILLAS DE ATUN CON ENSALADA FRUTA ENTERA
SEMANA 4º	LENTEJAS JARDINERA HAMBURGUESA CON PATATAS FRUTA ENTERA	EMBLANCO POLLO PLANCHA CON VERDURAS LACTEO SIN AZÚCAR	POTAJE DE GARBANZOS CON ACELGAS PESCADO A LA ROTEÑA COMPOTA DE FRUTA	PUCHERO CARNE EN SALSA CON PATATAS LACTEO SIN AZÚCAR	PAELLA DE VERDURAS VARITAS DE MERLUZA CON ZANAHORIA FRUTA ENTERA
SEMANA 5º	CREMA DE VERDURAS PECHUGA DE POLLO MECHADA CON JUDIAS SALTEADAS FRUTA ENTERA	SOPA DE PICADILLO CON FIDEOS PESCADO AL HORNO CON VERDURAS LACTEO SIN AZÚCAR	POTAJE DE GARBANZOS CON CHOCO TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA COMPOTA DE FRUTA	ARROZ DE MARISCO CHURRASCO DE POLLO CON MENESTRA LACTEO SIN AZÚCAR	POTAJE DE HABICHUELAS BOQUERONES FRITOS CON ENSALADA FRUTA ENTERA
SEMANA 6º	CREMA DE VERDURAS HAMBURGUESAS CON PATATAS FRUTA ENTERA	PAELLA DE VERDURAS PESCADO AL HORNO CON VERDURAS LACTEO SIN AZÚCAR	ALUBIAS CON VERDURAS CROQUETAS CON ENSALADA COMPOTA FRUTA	POTAJE DE GARBANZOS CON BACALAO POLLO EN SALSA CON PATATAS LACTEO SIN AZÚCAR	PUCHERO CON FIDEOS PESCADO EN SALSA CON VERDURAS FRUTA ENTERA



Sandra Melgar Sánchez. Nº de colegiado:
AND-00343

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA MELGAR

SANDRA MELGAR SANCHEZ

Dietética - Nutricionista



"Cumpliendo con el
Reglamento (UE) 1169/2011
sobre información
alimentaria y norma de
aplicación Real Decreto
126/2015, la información
sobre las sustancias
susceptibles a causar
alergias e intolerancias se
encuentra disponible en el
etiquetado del producto o
en su caso en la ficha
técnica aportada por este
centro".

NOTA: ESTOS MENUS SON ROTATIVOS CADA 6 SEMANAS