



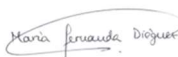
Tu catering de proximidad

**MENÚ TRITURADOS SIN TOMATE,
VERDURA DE HOJA VERDE, PESCADO
AZUL NI CERDO
SEPTIEMBRE 2026**

		MARTES 1	MIÉRCOLES 2	JUEVES 3	VIERNES 4
Plato	AGOSTO	Guisante, patata, cebolla, ternera.	Merluza, puerro, arroz, zanahoria	Pavo, patata, calabacín, brécol.	Zanahoria, pollo, arroz, judías
Postre		Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	LUNES 7	MARTES 8	MIÉRCOLES 9	JUEVES 10	VIERNES 11
Plato	Calabaza, ternera, patata, repollo	Puerro, bacalao, arroz, coliflor.	Zanahoria, pollo, patata, guisante.	Merluza, arroz, judía, puerro.	Pavo, patata, calabacín, brécol
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	yogur	fruta
	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18
Plato	Judías, pollo, arroz, zanahoria.	Abadejo, patata, puerro y guisante.	Repollo, ternera, arroz, cebolla.	Calabaza, pavo, patata, pimiento.	Pisto de verduras, bacalao, arroz.
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25
Plato	Calabacín, patata, pavo, judías.	Bacalao, puerro, pimiento, arroz.	Ternera, patata, zanahoria, guisantes.	Arroz, pollo, judías, brécol.	Patata, merluza, puerro, zanahoria.
Postre	Fruta	Yogur	Fruta	Yogur	Fruta
	LUNES 28	MARTES 29	MIÉRCOLES 30	OCTUBRE	
Plato	Pollo, arroz, calabacín, coliflor.	Abadejo, patata, judías, zanahorias.	Arroz, pavo, puerro, calabacín.		
Postre	Fruta	Yogur	Fruta		

REVISADO

Mª Fernanda Diéguez Garza
Experta en nutrición e Planificación dietética
Máster Universitario en Nutrición


Mª Fernanda Diéguez Garza
BIÓLOGA
C/6.123456