



	PRIMERO	PRINCIPAL	POSTRE	CENA
2-LUNES	Salmorejo (1)	Macarrones boloñesa (1)	Fruta de temporada	Hamburguesa de garbanzos y arroz
3-MARTES	Ensalada completa	Paella de verduras	Fruta de temporada	Bonito a la plancha con aguacate y tomate
4-MIERCOLES	Crema de zanahoria	Guiso de pollo y verduras	Fruta de temporada	Tacos de pollo con verduras
5-JUEVES	Tomate a cuartos	Guiso de merluza (6)	Fruta de temporada	Macarrones con queso y brócoli
6-VIERNES	Hervido valenciano	Tortilla de calabacín con pisto	Fruta de temporada	Boquerones con tostadas de pan con tomate
9-LUNES	Gazpacho	Pasta con pesto de calabacín (1-2-4)	Fruta de temporada	Ensalada griega con quinoa
10-MARTES	Ensalada de pepino	Arroz meloso de rape (5)	Fruta de temporada	Pollo al horno con pisto
11-MIERCOLES	Crema de boniato	Garbanzos salteados con brócoli, cebolla y huevo duro (3)	Fruta de temporada	Sardinias con pan integral y ensalada de tomate
12-JUEVES	Ensalada de hoja verde	Salteado de arroz con pollo	Fruta de temporada	Tortilla de calabacín y patata
13-VIERNES	Judías verdes salteadas	Guiso de merluza (5)	Fruta de temporada	Burritos con alubias, aguacate y tomate
16-LUNES	Ensalada de tomate, maíz y arroz	Guiso de lentejas	Fruta de temporada	Ensalada de cebada con verduras y queso
17-MARTES	Crema de puerro	Guiso de rape con zanahoria (5)	Fruta de temporada	Cous-cous con pepino, pasas, tomate y zanahoria
18-MIERCOLES	Ensalada de zanahoria rallada	Arroz con pollo y coliflor	Fruta de temporada	Fajitas de hummus con crudités
19-JUEVES	Gazpacho	Lasaña de verduras (1-2)	Fruta de temporada	Pollo con arroz largo y verduras
20-VIERNES	Ensalada de pepino con aceitunas	Pastel de merluza con pisto y puré de patata (5)	Fruta de temporada	Pizza casera con mozzarella
23-LUNES	Ensalada completa	Pasta integral con verduras y tomate frito (1)	Fruta de temporada	Ensalada de huevo duro
24-MARTES	Gazpacho	Pollo con calabacín	Fruta de temporada	Patatas rellenas gratinadas
25-MIERCOLES	Ensalada de tomate	Arroz de merluza y coliflor (5)	Fruta de temporada	Gazpacho y huevos rellenos
26-JUEVES	Zanahoria salteada al curry	Tortilla de verduras (3)	Fruta de temporada	Pescado al horno con arroz basmati y cebolla pochada
27-VIERNES	Guisantes salteados	Guiso de albóndigas de cerdo (3)	Fruta de temporada	Ensalada de quinoa con aguacate y verduras

Opciones de merienda: fruta de temporada, tostada de pan integral con AOVE y sal, batido de plátano/fresas con leche vegetal, yogur natural, bocadillo de hummus, crema de manzana asada y avena, bizcocho de yogur de soja integral sin azúcar añadido

ALÉRGICOS:(1)Gluten/(2)Lácteos/(3)Huevo/(4)Frutos secos/(5)Pescado, mariscos, moluscos/(6)Soja/ (7)Sésamo/(8)Sulfitos/(9)Apio/(10)Mostaza/ (11)Frutos de cáscara

WWW.BRECOL-CATERING.COM



@brecolcatering

667.660.131

Curso 2019/2020 SEPTIEMBRE

