



SESAMO

AGOSTO DE 2026

	<u>1º Plato</u>	<u>2º Plato</u>
<u>LUNES 3</u>	Coliflor rebozada	Lentejas ecológicas con verduras
<u>MARTES 4</u>	Puré de calabaza	Tortilla de patata
<u>MIÉRCOLES 5</u>	Macarrones integrales con tomate	Rosada al horno
<u>JUEVES 6</u>	Guisantes rehogados con jamón	Albóndigas en salsa con patatas
<u>VIERNES 7</u>	Paella de pollo y verduras	Salmón al horno con verduras
<u>LUNES 10</u>	Crema de puerros ecológicos	Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito
<u>MARTES 11</u>	Arroz con magro	Fogonero en salsa verde
<u>MIÉRCOLES 12</u>	Sopa de cocido	Cocido completo
<u>JUEVES 13</u>	Espaguetis integrales con chorizo y queso	Huevos con bechamel
<u>VIERNES 14</u>	Judías pintas ecológicas con verduras	Pollo asado
<u>LUNES 17</u>	Arroz con tomate	Tortita de kale y quinoa
<u>MARTES 18</u>	Lentejas ecológicas con verduras	Albóndigas en salsa con patatas
<u>MIÉRCOLES 19</u>	Espirales integrales con tomate y pavo	Carbonero en salsa de hortalizas
<u>JUEVES 20</u>	Guisantes con ajo	Tortilla de patata
<u>VIERNES 21</u>	Ensalada de patata, atún, tomate y jamón cocido	Merluza en salsa limón
<u>LUNES 24</u>	Macarrones integrales con atún	Chuleta de sajonia plancha
<u>MARTES 25</u>	Judías blancas ecológicas con verdura y chorizo	Huevos con bechamel
<u>MIÉRCOLES 26</u>	Arroz tres delicias	Abadejo al horno
<u>JUEVES 27</u>	Sopa de cocido	Cocido completo
<u>VIERNES 28</u>	Puré de verduras ecológico	Magro estofado
<u>LUNES 31</u>	Arroz con tomate	Filete de pollo a la plancha

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes

