

lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

¿Sabías que... la calabaza refuerza nuestras defensas?
¡Tómala cruda, frita, al horno o en puré!



Fiesta de todos los Santos

1

4

Judías verdes con tomate
Albóndigas en salsa española
Patatas en baston
Pan S/G, fruta fresca

5

Lentejas con verduras
Filete de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y maiz
Pan S/G, fruta fresca

6

Macarrones S/G/H con chorizo
Merluza en salsa verde
Guisantes salteados
Pan S/G, fruta fresca

7

Crema de calabacín
Pechuga de pollo a la plancha
Patatas panadera
Pan S/G, fruta fresca

8

Alubias pintas guisadas
Tortilla de patata
Ensalada de lechuga y zanahoria
Pan S/G, fruta fresca

11

Arroz tres delicias con jamón,
zanahoria y maiz
Pechuga de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga y remolacha
Pan S/G, fruta fresca

12

Garbanzos estofadas
Magro guisado con tomate
Patatas dado
Pan S/G, fruta fresca

13

Crema de zanahoria
Pollo al chilindrón con cebolla,
champiñones y pimiento
Arroz pilaf salteado
Pan S/G, fruta fresca

14

Guiso de judías blancas
Tortilla Francesa
Ensalada de lechuga y maiz
Pan S/G, yogurt

15

Sopa Maravilla S/G/H
Merluza a la plancha/en maicena
Patatas a la francesa
Pan S/G, fruta fresca

18

Lentejas Castellanas
Filete ruso al horno
Patatas en baston
Pan S/G, fruta fresca

19

Espagueti S/G/H a la Napolitana
Merluza a la plancha/en maicena
Ensalada de lechuga y maiz
Pan S/G, fruta fresca

20

Paella Valenciana
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y zanahoria
Pan S/G, fruta fresca

21

MENU THANKSGIVING DAY
Crema de Calabaza
Ragout de Pavo de acción de gracias
Pure de patata
Pan S/G, Manzana asada

22

Patatas guisadas con carne
Merluza a la vizcaína
Pimientos rojos
Pan S/G, fruta fresca

25

Arroz con tomate
Salchichas frescas de pavo
Pure de patata
Pan S/G, fruta fresca

26

Macarrones S/H/G con tomate
Merluza a la plancha/en maicena
Ensalada de lechuga y zanahoria
Pan S/G, fruta fresca

27

Lentejas Hortelanas
Huevos a la cazadora con tomate
Champiñones salteados
Pan S/G, fruta fresca

28

Pure de verduras
Filete de lomo en salsa
Patatas en baston
Pan S/G, yogurt

29

Sopa de Cocido S/G/H
Cocido Completo con garbanzos,
pollo, chorizo y verduras
Pan S/G, fruta fresca

