

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, fruta fresca

5
Lentejas con verduras
Filete de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y maiz
Pan, fruta fresca

6
Macarrones S/G/H con chorizo
Merluza en salsa verde
Guisantes salteados
Pan, fruta fresca

7
Crema de calabacín
Pechuga de pollo a la plancha
Patatas panadera
Pan, fruta fresca

8
Alubias pintas guisadas
Merluza a la plancha/en maicena
Ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, fruta fresca

11
Arroz tres delicias con jamón,
zanahoria y maiz
Pechuga de pollo a la plancha
Ensalada de lechuga y remolacha
Pan, fruta fresca

12
Garbanzos estofadas
Magro guisado con tomate
Patatas dado
Pan, fruta fresca

13
Crema de zanahoria
Pollo al chilindrón con cebolla,
champiñones y pimiento
Arroz pilaf salteado
Pan, fruta fresca

14
Guiso de judías blancas
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y maiz
Pan, yogurt

15
Sopa Maravilla S/G/H
Merluza a la plancha/en maicena
Patatas a la francesa
Pan, fruta fresca

18
Lentejas Castellanas
Filete ruso al horno
Patatas en baston
Pan, Fruta fresca

19
Espaguetti S/G/H a la Napolitana
Merluza a la plancha/en maicena
Ensalada de lechuga y maiz
Pan, fruta fresca

20
Paella Valenciana
Cinta de lomo a la plancha
Ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, fruta fresca

21
MENU THANKSGIVING DAY
Crema de Calabaza
Ragout de Pavo de acción de gracias
Pure de patata
Pan, Manzana asada

22
Patatas guisadas con carne
Merluza a la vizcaína
Pimientos rojos
Pan, fruta fresca

25
Arroz con tomate
Salchichas frescas de pavo
Pure de patata
Pan, fruta fresca

26
Macarrones S/H/G con tomate
Merluza a la plancha/en maicena
Ensalada de lechuga y zanahoria
Pan, fruta fresca

27
Lentejas Hortelanas
Pechuga de pollo a la plancha
Champiñones salteados
Pan, fruta fresca

28
Pure de verduras
Filete de lomo en salsa
Patatas en bastón
Pan yogurt

29
Sopa de Cocido S/G/H
Cocido Completo con garbanzos,
pollo, chorizo y verduras
Pan, Fruta fresca

