

Menú Octubre 2021

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1ª Semana					1 Arroz con salsa de tomate Boquerones con ensalada variada ^{1,4} Fruta/ Yogur ⁷ / Gelatina
Cena					Zanahoria hervida con patata Filete de ternera con espárragos Fruta
2ª Semana	4 Espaguetis a la carbonara ^{1,3} Tortilla de queso con champiñones rehogados ^{3,7} Fruta	5 Lentejas guisadas con jamón Albóndigas de cerdo con puré de patata ^{1,3,12} Fruta	6 Paella mixta ^{2,4} Filete de lenguado con ensalada ⁴ Fruta	7 Puré de zanahoria Lomo de cerdo estofado con verduras Fruta/ Yogur ⁷ / Gelatina	8 Sopa de estrellas ¹ Pizza de atún ^{1,4,7} Fruta
Cena	Ensalada variada Salmón a la plancha con ensalada Fruta	Brócoli gratinado Fiambre con ensalada Fruta	Sopa de verduras Dorada a la plancha con ensalada Fruta	Ensalada de atún con tomate Hamburguesa de legumbres Fruta	Crema de verduras Alitas de pollo con ensalada Fruta
3ª Semana	11 Puré de guisantes Lomo adobado con ensalada variada Fruta	12 FIESTA	13 Sopa maravilla ¹ Croquetas de bacalao con ensalada de lechuga y zanahoria rayada ^{1,4,7} Fruta/ Yogur ⁷ / Gelatina	14 Macarrones a la boloñesa ¹ Hamburguesa de pollo con ensalada de tomate ¹² Fruta	15 Garbanzos con verduras y huevo ³ Medallón de merluza en salsa con ensalada variada ⁴ Fruta
Cena	Sopa de fideos Revuelto de setas Fruta	Ensalada variada con nueces Lubina al horno con patata Fruta	Puré de guisantes Pechuga de pavo con ensalada Fruta	Judías verdes con zanahoria Palitos de pescado al horno con ensalada Fruta	Ensalada de lechuga, tomate y queso fresco Filete de ternera con verduras Fruta
4ª Semana	18 Sopa de letras ¹ Pechuga de pollo al ajillo con verduras variadas Fruta	19 Alubias blancas con pisto casero Revuelto de jamón de pavo con judías verdes ^{3,6} Fruta/ Yogur ⁷ / Gelatina	20 Arroz meloso con verduras Lomo de merluza en salsa con ensalada ⁴ Fruta	21 Puré de zanahoria Canelones con bechamel ^{1,3,6,7} Fruta	22 Espaguetis con salsa de tomate y verduras ¹ Filete de lenguado en salsa con ensalada de tomate ⁴ Fruta
Cena	Puré de verduras Alitas de pollo al horno con ensalada Fruta	Coliflor con jamón Atún a la plancha con espárragos Fruta	Ensalada variada Tortilla francesa con jamón york Fruta	Sopa de tiburones Lubina a la plancha con calabacín Fruta	Zanahoria con patata hervida Salchichas de ternera con ensalada Fruta

Menú Octubre 2021

<p>5^a Semana</p>	<p>25 Espirales con verduras y salsa de tomate¹ Lomo de merluza con verduras⁴ Fruta</p>	<p>26 Potaje de garbanzos con espinacas Salchichas de pollo con ensalada variada Fruta</p>	<p>27 Ensaladilla rusa^{3,4} Tortilla de patatas con ensalada³ Fruta/ Yogur⁷ / Gelatina</p>	<p>28 Fideuà^{1,2,4} Pechuga de pollo en salsa con verduras Fruta</p>	<p>29 Puré de calabaza Figuritas de pescado con ensalada^{1,4} Fruta</p>
<p>Cena</p>	<p>Judías verdes con jamón Lomo de cerdo con espárragos Fruta</p>	<p>Crema de puerros Tortilla de espinacas Fruta</p>	<p>Sopa de lluvia Hamburguesa de pollo con ensalada Fruta</p>	<p>Ensalada variada con atún Dorada con patata al horno Fruta</p>	<p>Brócoli con zanahoria Huevos rellenos de atún Fruta</p>