



MENÚS DEL MES DE OCTUBRE DE 2020

COMIDA	CENA		JUEVES Thursday 1	VIERNES Friday 2
Pasta, arroz, patata o legumbre	Verdura u hortaliza		<u>JORNADA VEGETARIANA</u> <ul style="list-style-type: none"> • Patatas gratinadas con bechamel y salchichas vegetarianas • Tortilla de queso con ensalada • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Garbanzos con verduras • Muslos de pollo asados al limón con patatas fritas • Fruta y pan
- Verdura u hortaliza	- Pasta, arroz o patata			
- Carne-	- Pescado o huevo			
-Pescado	-Carne o Huevo			
LUNES Monday 5	MARTES Tuesday 6	MIÉRCOLES Wednesday 7	JUEVES Thursday 8	VIERNES Friday 9
<ul style="list-style-type: none"> • Tallarines con bacon y salsa de tomate • Merluza a la valenciana con aceitunas, huevo duro picado y ensalada • Fruta, vaso de leche y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Lentejas con verduras y chorizo • Croquetas de jamón con ensalada • Yogur y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • *Judías verdes rehogadas • Filete ruso en salsa con patatas fritas • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Alubias blancas con verduras • Quiche de huevo, calabacín y tomate con albahaca y ensalada • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de estrellas • Salmón a la plancha con salsa de soja y ensalada • Fruta, vaso de leche y pan
LUNES Monday 12	MARTES Tuesday 13	MIÉRCOLES Wednesday 14	JUEVES Thursday 15	VIERNES Friday 16
FIESTA	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz a la milanesa con queso • Lomo de merluza empanada con tomate natural • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Patatas a la marinera con marisco • Pollo al chilindrón con ensalada • Yogur y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Garbanzos con hierbabuena • Ternera asada en su jugo con verduras • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Espaguetis con carne y tomate • San Jacobo con ensalada • Fruta y pan
LUNES Monday 19	MARTES Tuesday 20	MIÉRCOLES Wednesday 21	JUEVES Thursday 22	VIERNES Friday 23
<ul style="list-style-type: none"> • *Judías verdes a la provenzal • Filete de lomo de cerdo a la plancha con patatas al vapor • Fruta, vaso de leche y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrones con queso y salsa de tomate • Bacalao a la romana con ensalada • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Sopa de cocido con fideos • Cocido de garbanzos, morcillo, chorizo y verduras • Natillas y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • *Menestra de verduras • Filete de burger meat mixto casero a la plancha con ketchup y patatas fritas • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Lentejas con verduras • Huevos con bechamel empanados y ensalada • Fruta, vaso de leche y pan
LUNES Monday 26	MARTES Tuesday 27	MIÉRCOLES Wednesday 28	JUEVES Thursday 29	VIERNES Friday 30
<ul style="list-style-type: none"> • Ensalada de espirales y hortalizas • Albóndigas (burger meat mixta) con verduras • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Crema de puerros • Pollo al ajillo con patatas fritas • Fruta y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Alubias blancas con chorizo • Empanadillas de atún con ensalada • Yogur y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz blanco con salsa de tomate • Filete de merluza a la plancha con perejil y ensalada • Fruta, vaso de leche y pan 	<ul style="list-style-type: none"> • Garbanzos con verduras • Huevos cocidos con pisto de verduras • Fruta y pan

* Primer turno en Puré - 2 vasos de leche a la semana