



**MENÚS DEL MES DE OCTUBRE DE 2021**

COMIDA	CENA			VIERNES Friday 1
<b>Pasta, arroz, patata o legumbre</b>	<b>Verdura u hortaliza</b>			<b>JORNADA VEGETARIANA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Garbanzos con verduras</li> <li>• Hamburguesa de quinoa y cilantro con salsa y patatas fritas</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>
<b>- Verdura u hortaliza</b>	<b>- Pasta, arroz o patata</b>			
<b>- Carne-</b>	<b>- Pescado o huevo</b>			
LUNES Monday 4	MARTES Tuesday 5	MIÉRCOLES Wednesday 6	JUEVES Thursday 7	VIERNES Friday 8
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tallarines con bacon y salsa de tomate</li> <li>• Merluza a la valenciana con aceitunas, huevo duro picado y ensalada</li> <li>• Fruta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lentejas con verduras y chorizo</li> <li>• Croquetas de jamón con ensalada</li> <li>• Yogur y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa de estrellas</li> <li>• Salmón a la plancha con salsa de soja y ensalada</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alubias blancas con verduras</li> <li>• Quiche de huevo, calabacín y tomate con albahaca y ensalada</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• *Judías verdes rehogadas</li> <li>• Filete ruso en salsa con patatas fritas</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>
LUNES Monday 11	MARTES Tuesday 12	MIÉRCOLES Wednesday 13	JUEVES Thursday 14	VIERNES Friday 15
<b>NO LECTIVO</b>	<b>FESTIVO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arroz a la milanesa con queso</li> <li>• Lomo de merluza empanada con tomate natural</li> <li>• Yogur y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Garbanzos con hierbabuena</li> <li>• Jamón asado en su jugo con verduras</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espaguetis con carne y tomate</li> <li>• San Jacobo con ensalada</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>
LUNES Monday 18	MARTES Tuesday 19	MIÉRCOLES Wednesday 20	JUEVES Thursday 21	VIERNES Friday 22
<ul style="list-style-type: none"> <li>• *Judías verdes a la provenzal</li> <li>• Filete de lomo de cerdo a la plancha con patatas</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Macarrones con queso y salsa de tomate</li> <li>• Bacalao a la romana con ensalada</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa de cocido con fideos</li> <li>• Cocido de garbanzos, morcillo, chorizo y verduras</li> <li>• Natillas y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• *Guisantes salteados con jamón</li> <li>• Filete de burger meat mixto casero a la plancha con ketchup y patatas al vapor</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lentejas con verduras</li> <li>• Huevos con bechamel empanados y ensalada</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>
LUNES Monday 25	MARTES Tuesday 26	MIÉRCOLES Wednesday 27	JUEVES Thursday 28	VIERNES Friday 29
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ensalada de espirales y hortalizas</li> <li>• Albóndigas (burger meat mixta) con verduras</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crema de calabacín</li> <li>• Pollo al ajillo con patatas fritas</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alubias blancas con chorizo</li> <li>• Empanadillas de atún con ensalada</li> <li>• Yogur y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Paella de arroz, verduras, magro y marisco</li> <li>• Merluza con aceitunas negras y ensalada</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Garbanzos con verduras</li> <li>• Huevos cocidos con pisto de verduras</li> <li>• Fruta y pan</li> </ul>

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