

NOVIEMBRE '23

MENÚ CAFETERÍA



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	31	1	2	3
		FESTIVO	Garbanzos estofados con rape Calabaza gratinada Albóndigas en salsa Bacalao plancha Ensalada Patatas panaderas Fruta fresca, pan *, agua	Arroz "ECO" a banda Acelgas rehogas al pimentón Tortilla de patata Rotí de pavo Ensalada variada Zanahorias baby Fruta fresca, pan *, agua y yogur
6	7	8	9	10
Cous cous con pollo y verduras Lombarda con manzana Lomo de Sajonia plancha Rape en salsa de setas Ensalada Patatas dado Fruta fresca, pan *, agua	Lentejas estofadas con verduras Verduras asadas Bacalao al horno Burritos de pollo y verduras Ensalada Pisto casero Fruta fresca, pan *, agua	Paella de verduras Brócoli salteado Lenguadina a la romana Pavo a la plancha Ensalada Tomates a la provenzal 1 Fruta fresca, pan *, agua y yogur	FESTIVO	DIA DE ALEMANIA Ensalada alemana Chucrut Codillo asado Salmón marinado con espinacas Strudel de manzana Fruta fresca, pan *, agua y yogur
13	14	15	16	17
Crema de verduras Tallarines con verduras a la soja Hamburguesa de ternera a la barbacoa San Pedro a la plancha Patatas dado Ensalada Fruta fresca, pan *, agua	Arroz a la milanesa Guisantes salteados con gambas Palometa con tomate Pinchos morunos de pollo Ensalada Boniato salteado Fruta fresca, pan *, agua	Sopa de fideos Rerpollo rehogado al pimentón Complemento de cocido Bacalao a la plancha Ensalada variada Fruta fresca, pan *, agua y yogur	Patatas guisadas con magro Brocoli salteado Filete de merluza al horno Pollo al ajillo Ensalada Zanahoria baby Fruta fresca, pan *, agua	Espaguetis al ajillo Acelgas rehogadas Tortilla con chorizo Chuletas de cerdo a la plancha Ensalada Verduras asadas Fruta fresca, pan *, agua y yogur
20	21	22	23	24
Arroz tres delicias Espárragos a la plancha Lenguadina al horno Carrilleras estofadas Ensalada Verduras salteadas Fruta fresca, pan *, agua	Lentejas "ECO" estofadas con verduras Coliflor a la española Tortilla de patata y calabacín Filete de pollo plancha Tomates a la provenzal Ensalada Fruta fresca, pan *, agua	Judías verdes rehogadas Cous cous con verduras Ragout de ternera en salsa Bacalao plancha Patatas dado Ensalada Fruta fresca, pan *, agua y yogur	Ensalada de pasta Calabaza asada Palometa encebollada Pollo empanado Ensalada Champiñones Fruta fresca, pan *, agua	Judías estofadas con calamares Guisantes con jamón Muslitos de pollo en salsa Merluza a la plancha Ensalada Patatas panaderas Fruta fresca, pan *, agua y yogur
27	28	29	30	
Coditos a la napolitana Espinacas salteadas Calamares en salsa Lomo de sajonia a la plancha Patatas al vapor Ensalada variada Fruta fresca, pan*,agua	Crema de calabacín Arroz integral con rape y gambas Ragout de pavo estofado Revuelto de setas Patatas fritas Ensalada variada Fruta fresca, pan*,agua	Sopa de fideos Rerpollo rehogado al pimentón Complemento de cocido Filete de Fogonero al horno/plancha Ensalada variada Fruta fresca, pan *, agua y yogur	Arroz con verduras y pollo Brocoli rehogado Filete de merluza a la plancha Zancarrón de ternera Ensalada de lechuga,tomate y remolacha Fruta fresca, pan y agua	