



Menús noviembre 2013

*Las frutas serán: manzanas, peras, plátano, uvas y mandarinas, rotando



Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
<ul style="list-style-type: none"> -Ensalada de lechuga, tomate, pepino y zanahoria -Paella mixta -Pan integral -Agua *Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> - Crema de calabacín -Filete empanado con patatas -Lechuga -Pan -Agua *Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> -Potaje de habichuelas con calabaza -Caballa con rodajas de tomate -Pan -Agua *Natillas caseras 	<ul style="list-style-type: none"> -Macarrones con atún y salsa de tomate natural -Huevo a la plancha -Pan -Agua *Fruta 	<ul style="list-style-type: none"> --Migas con carne al ajo, chistorra -Pimientos, rábanos, pepinos, tomates y aceitunas. -Pan -Agua *Fruta
<p style="text-align: center;">Lunes 11</p> <ul style="list-style-type: none"> -Potaje de garbanzos con verduras -Huevos rellenos -Pan integral -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Martes 12</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz caldoso con pollo -Cazón -Lechuga -Pan -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Miércoles 13</p> <ul style="list-style-type: none"> -Espaguetis con salchichas de pollo y tomate natural - Rollitos de jamón de York y queso -Maíz -Pan -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Jueves 14</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lentejas estofadas con calabaza y zanahorias - Empanadillas al horno -Zanahoria -Pan -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Viernes 15</p> <ul style="list-style-type: none"> -Patatas en ajo pollo con pintarroja -Tortilla de atún -Pepino -Pan -Agua *Fruta
<p style="text-align: center;">Lunes 18</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de picadillo -Tortilla de patatas con rodajas de tomate -Pan integral -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Martes 19</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de verduras -Panga rebozado con salsa tártara -Zanahoria -Pan -Agua -Yogur 	<p style="text-align: center;">Miércoles 20</p> <ul style="list-style-type: none"> -Cocido -Jamón y queso -Lechuga -Pan -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Jueves 21</p> <ul style="list-style-type: none"> -Arroz cocido -Huevos -Salchichas de pavo cocidas -Tomate frito natural -Pan -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Viernes 22</p> <ul style="list-style-type: none"> -Puré de chickpea con verduras y picatostes - Hamburguesa a la plancha con tomate -Pan -Agua *Fruta
<p style="text-align: center;">Lunes 25</p> <ul style="list-style-type: none"> -Ensalada de maíz, tomate, zanahoria y lechuga -Fideuá -Pan integral -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Martes 26</p> <ul style="list-style-type: none"> -Lentejas con verduras -Croquetas caseras -Lechuga -Pan -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Miércoles 27</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sopa de pescado -Lomo al horno con patatas panaderas -Pan -Agua *Fruta 	<p style="text-align: center;">Jueves 28</p> <ul style="list-style-type: none"> -Empedrao de garbanzos, habichuelas y arroz - Salpicón de atún -Pan -Agua -Yogur 	<p style="text-align: center;">Viernes 29</p> <ul style="list-style-type: none"> -Cazuela de fideos con pescado azul -Tortilla francesa con tomate -Pan -Agua *Fruta