



FRUTOS SECOS

NOVIEMBRE DE 2023

	<u>1º Plato</u>	<u>2º Plato</u>
<u>JUEVES 2</u>	Arroz con tomate y pavo	Huevos con bechamel
<u>VIERNES 3</u>	Judías blancas con verduras	Cinta de lomo al ajillo con patatas a cuadrito
<u>LUNES 6</u>	Espaguetis con tomate	Salmón al horno con verduras
<u>MARTES 7</u>	Lentejas con verduras	Tortilla de calabacín
<u>MIÉRCOLES 8</u>	Crema de zanahorias	Pollo asado con patatas a cuadrito
<u>JUEVES 9</u>	Sopa de cocido	Cocido completo
<u>VIERNES 10</u>	Menestra de verduras ecológicas	Albóndigas de ternera en salsa con patatas
<u>LUNES 13</u>	Crema de hortalizas	Paella de pollo y verduras
<u>MARTES 14</u>	Guiso de patatas, vegetales y carne	Merluza al horno
<u>MIÉRCOLES 15</u>	Sopa de picadillo	Mini cachopo
<u>JUEVES 16</u>	Espirales con tomate y chorizo	Gallo al horno
<u>VIERNES 17</u>	Judías pintas ecológicas con verdura y chorizo	Huevos con bechamel
<u>LUNES 20</u>	Macarrones integrales con atún y tomate	Rosada al horno
<u>MARTES 21</u>	Sopa de cocido	Cocido completo
<u>MIÉRCOLES 22</u>	Judías verdes ecológicas con jamón	Albóndigas de ternera en salsa con patatas
<u>JUEVES 23</u>	Crema de calabaza	Wok de arroz y quinoa con soja y vegetales
<u>VIERNES 24</u>	Lentejas con verduras	Tortilla de calabacín
<u>LUNES 27</u>	Arroz con tomate	Merluza al horno
<u>MARTES 28</u>	Judías blancas ecológicas con verduras	Jamoncitos de pollo en salsa con patatas
<u>MIÉRCOLES 29</u>	Coditos boloñesa	Cinta de lomo en salsa
<u>JUEVES 30</u>	Guisantes con jamón	Tortilla de atún

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes

