

OCTOBRE – SANS GLUTEN

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
			1	2
3 CREMA DE CALABAZA s/g HAMBURGUESA DE TERNERA s/g CON PATATA AL HORNO ZANAHORIA CON GUACAMOLE s/g FRUTA DE TEMPORADA	4 ARROZ CON SALSA DE TOMATE s/g FILETE DE GALLO CON PUERRO Y ZANAHORIA BROTES VERDES CON TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	5 MACARRONES s/g CON SALSA DE TOMATE Y QUESO TORTILLA DE ESPINACAS s/g LECHUGA CON QUESO FRESCO FRUTA DE TEMPORADA	6 GARBANZOS ESTOFADOS s/g PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON QUESO CANÓNIGOS Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	7 CANELONES DE ESPINACAS s/g CON BECHAMEL Y QUESO LOMO DE MERLUZA A LA ROMANA (harina de maíz s/g) CON VERDURITAS TOMATE CON ACEITUNAS YOGUR NATURAL s/g
10 CREMA DE CALABACÍN s/g JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON CEBOLLA LECHUGA CON MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	11 LENTEJAS ESTOFADAS CON CHORIZO s/g SEPIA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL TOMATE Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	12	13 ARROZ CON SALSA DE CALABAZA s/g HUEVO DURO CON SALSA DE TOMATE s/g Y QUESO LECHUGA Y ACEITUNAS YOGUR NATURAL s/g	14 GUISANTES CON PATATA AL VAPOR Y ACEITE DE OLIVA PECHUGA DE POLLO CON CEBOLLA Y "FESOLS" s/g CANÓNIGOS Y TOMATE FRUTA DE TEMPORADA
17 ESPAGUETIS s/g CON SALSA DE TOMATE s/g TORTILLA DE CALABACÍN, PATATA Y CEBOLLA s/g TOMATE ALIÑADO FRUTA DE TEMPORADA	18 COCIDO s/g (garbanzos, fideos, patatas y carne) LOMO DE SALMÓN AL HORNO CON PIMIENTO CANÓNIGOS Y QUESO FRUTA DE TEMPORADA	19 VERDURA TRICOLOR (JUDIA VERDE, ZANAHORIA Y PATATA) PECHUGA DE POLLO A LA JARDINERA LECHUGA ALIÑADA FRUTA DE TEMPORADA	20 ARROZ A LA MILANESA VEGETAL LOMO DE BACALAO CON CEBOLLA Y TOMATE ZANAHORIA RALLADA Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA	21 <u>MENÚ ANDALUZ</u> PATATAS A LO POBRE FLAMENQUINES CORDOBESES s/g BROTES VERDES CON TOMATE BUÑUELOS Y CASTAÑAS
24	25	26	27	28
31				

Goûter l'après-midi pour les enfants de maternelle: deux jours/sem. fruits, trois jours/sem. pain avec du chocolat, du fromage ou de la charcuterie
Menu sous la supervision de la diététicienne Marta Romera - Tècnica Superior en Dietètica Col. 2640.

Les plats indiqués en gras sont faits avec des produits biologiques, ainsi que tous les fruits des repas et du goûter.