





#### ¡Todos/as somos diferentes!

El mundo es multicultural y acoge toda la diversidad que lo hace interesante y lleno de experiencias para vivir. Si nos respetamos entre todos/as, gozaremos de un mundo más divertido y diverso.



CLICA LA **IMAGEN** 

Sello dietista

**SERHS FOOD** 





Os sugerimos los grupos de alimentos más adecuados para la cena de sus hijos e hijas, para completar una dieta equilibrada. Estas orientaciones os pueden ayudar a planificar las cenas semanales para que sean variadas y saludables.

COMIDA

**3/4** 

=/@+W

CENA

Más recursos educativos: aquí

¿QUÉ ES EL CAMBIO

**CLIMÁTICO?** 















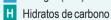


De acuerdo con el reglamento (UE) 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo del 25 de octubre de 2011, disponemos de la información sobre los alérgenos de los alimentós que componen los

Información nutricional del menú escolar diario















#### BASAL



## November





	1	V.																											
		LUNES		4	1			MARTES			5		MIE	RCOLES		6			JUEV	/ES		7	7		VIERN	IES		8	
	Arroz c	on salsa de to	mate ca	sero			Lente	jas guisada	s con verdu	ritas (S)		Mac	arrones (G	) con aceit	e de oliva	y orega	10	G	Sarbanzos con	n patata y	aceite d	de oliva	a	E	Brócoli con p	atata	y aceite d	e oliva	
	Filet	e de abadejo	al horn	0				Tortilla de	espinacas (F	l)		Cro	quetas de	bacalo (L,I	l*,P,SO*,I	ML.CR*,G	i)	Ja	moncitos de <sub>l</sub>	pollo al ho	rno a la	naran	ija	Albó	ndigas de te	rnera	con salsa	de tomat	.e
	Laci	iuga, maiz y :	zanahori	а				Lechuga, p	epino y oliva	ıs			Lechug	a, zanahori	a y soja (	SO)			Lechug	a, tomate y	y olivas	;			Ch	ampi	ñones		
INF.	F	ruta de temp	orada		PRI.	INF.		Fruta de	temporada		PRI.	INF.		Yogurt	L)	F	RI.	INF.	Fruta	de tempo	rada		PRI.	INF.	Fruta	de te	mporada	ı	PRI.
597	78 2	3 22 83	5 90	33	39	620	81	23 23	766 93	26	32	583	<b>62</b> 24	23 8	54 63	46	47	585,1	<b>62</b> 25	26 872	87	42	38	593	<b>54</b> 28	30	724 58	30	31
		UNES		1	1			MARTES			2		MIE	RCOLES		13			JUEV	/ES		1	4		VIERN	IES		15	
E	spirales	(G,H*) al est	ilo italia	no (G)																					DIA DE	LA T	OLERANC	A	
	(sa	sa de tomate	casero)	)				Arroz co	n verduritas				Coliflor i	oatata con	aceite de	oliva			Judias p	intas guis	adas (S	5)			Sopa de	verd	uritas (G,H	*)	
Ham	burgues	a de coliflor y	queso (	(L,H,SE	,G)		Fi	lete de mer	uza al horno	(P)			Lome	al horno	en su jug	0			Tortill	a de patat	as (H)		Year	L'Halle Kally	Bistec o	de po	llo al horno	)	
	Lech	uga, olivas y	soja (S	0)				Lechuga, t	omate y mai	z			Lechu	ga, pepino	y zanaho	ria			Lechuga	, olivas y s	soja (SC	<b>O</b> )		YATA	Mea	zcla d	e setas		
INF.	ı	ruta de temp	orada		PRI.	INF.		Fruta de	temporada		PRI.	INF.		Yogurt	L)	F	RI.	INF.	Fruta	de tempo	rada		PRI.	INF.	Fruta	de te	mporada	ı	PRI.
631	85 2	3 20 79	2 99	36	29	573	70	28 17	760 78	40	30	611,4	84 16	24 8	27 111	19	34	672	90 24	24 760	84	33	34	576	84 25	15	796 99	36	29
		UNES		1	8			MARTES		•	9		MIE	RCOLES		20			JUEV	/ES		2	1		VIERN	IES		22	
												DI	A DE LOS	DERECHO	S DE LO	S NIÑOS	;												
Ju	día verd	con patata	aceite	de oliva	а		Lente	jas guisada	s con verdu	ritas (S			Arroz co	n salsa de	tomate ca	sero			Judias bl	ancas guis	sadas (S	S)			Sopa de ca	ldo c	on pasta (C	i,H*)	
		roquetas de i SO*,ML*,FS*,		C,G)				Bacalao	al horno (P)		SHII!	1411	Tort	illa de cala	bacin (H)				Pollo asad	do al horno	con pi	iña			Filete de n	nerluz	a al horno	(P)	
	Lazos a	iñados con a	ceite de	oliva				Lechuga	y zanahoria					ga , olivas	y soja (S	0)			Lechuç	ga, pepino	y maiz				Varied	ad de	ensalada		
INF.	F	ruta de temp	orada		PRI.	INF.		Fruta de	temporada		PRI.	INF.		Yogurt	(L)	F	RI.	INF.	Fruta	de tempo	rada		PRI.	INF.	Fruta	de te	mporada	ı	PRI.
607		31 84	79	27	49	579	80	22 19	753 75	40	33	602	73 16		04 101	_	34	583	<b>71</b> 26	20 832	90	38	37	581			747 62	37	28
		LUNES		2	5			MARTES			26		MIE	RCOLES		27			JUEV	/ES		2	.8		VIERN	IES		29	
	E	Borrajas con	patata			M	lacarr	ones (G,H*)	con salsa d	e toma	te		Garbai	izos con v	erduritas	(S)			Crema de br	ócoli, ceb	olla y pa	atata		Arroz	3 delícias (g	juisar	ntes, maíz,	zanahori	a)
Н	amburgi	iesa de terne	ra a la p	lancha				Nugge	ts de ave				Filete o	le merluza	al horno	(P)			Jamoncite	os de polic	al hor	no			Revu	elto d	le jamón		
	L	echuga y zan	ahoria					Variedad	de lechugas				Lechu	ga , olivas	y soja (S	0)			Salsa de	naranja y	verdura	as			Lechug	a, pe <sub>l</sub>	oino y maiz	:	
INF.	F	ruta de temp	orada		PRI.	INF.		Fruta de	temporada		PRI.	INF.		Yogurt	L)	F	RI.	INF.	Fruta	de tempo	rada		PRI.	INF.	Fruta	de te	mporada	ı	PRI.
675	69 2	7 34 73	73	26	40	634	91	23 20	739 88	26	30	583	<b>54</b> 32	27 7	31 61	42	36	614	<b>72</b> 25	26 746	77	31	36	579	<b>85</b> 23	15	922 100	39	41

EL MENU SE ACOMPAÑA CON PAN Y AGUA
COCINADO Y ALIRADO CON ACEITE DE OLIVA
Y ACEITE ALTO OLEICO
LEGUMBRES ECOLOGICAS, PASTA Y ARROZ INTEGRAL





Valores nutricionales: INF. (3-8 AÑOS) PRI.: (9-12 AÑOS) Naranja: Energía (Kcal) Azul: hidratos de carbono (g) Rojo: proteínas (g)





SIN CERDO



### November





	LUNES		4				MARTES				5		I	MERCOL	S		6	,			JUE	VES			7	7			VIE	RNES			8	
	Arroz con salsa de to	omate ca	sero			Lente	ejas guisada	ıs con v	erdurit	as (S)	ı	M	acarron	es con ac	eite de	oliva y	oregar	10	0	Garbanz	zos co	n pata	ata y ac	eite de (	oliva	ı		Bróc	coli cor	n patat	ta y ace	eite de	oliva	
	Filete de abadeio	al horn	0				Tortilla d	e espin	acas					Croqueta	s de ba	ıcalao			Ja	moncit	os de	pollo	al horn	o a la ne	erani	ia		Filet	de mer	rluza c	on sals	sa de to	mate	
	•							•						·								•				,								
	Lachuga, maiz y z	zanahoria	a				Lechuga, p	epino y	olivas				Lech	iuga, zan	ahoria y	/ soja (	SO)			L	echu	ja, ton	nate y o	livas	_			_		Champ	piñones	S	_	
INF.	Fruta de temp	orada		PRI.	INF.		Fruta de	tempoi	ada		PRI.	INF.		Yo	gurt (L)			PRI.	INF.		Frut	a de te	empora	da		PRI.	INF.		Fru	ıta de f	tempor	ada	ſ	PRI.
597	78 23 22 835	5 90	33	39	620	81	23 <b>23</b>	766	93	26	32	583	62	24 23	854	63	46	47	585,1	62	25	26	872	87	12	38	593	54	28	30	624	58	30	31
	LUNES		11	1			MARTES			1	2			MERCOL	S		1.	3			JUE	VES			14	4			VIE	RNES			15	
	Espirales (G,H*) al esti	ilo italiar	no (G)																										DIA D	E LA T	TOLER	ANCIA		
Arroz con salsa de tomate casero  Filete de abadejo al horno  Lachuga, maiz y zanahoria  INF. Fruta de temporada  597 78 23 22 835 90 33  LUNES 11  Espirales (G,H*) al estilo italiano (G)  (salsa de tomate casero)  Hamburguesa de coliflor y queso  Lechuga, olivas y soja (SO)  INF. Fruta de temporada  631 85 28 20 792 99 36  LUNES 1  Judía verde con patata y aceite de oliva  Croquetas de pollo  Lazos aliñados con aceite de oliva  INF. Fruta de temporada  607 66 19 31 842 79 27  LUNES 2							Arroz co	n verdu	ritas				Colific	r i patata	con ac	eite de	oliva				Judias	pinta	as guisa	ıdas		Mr. M	Mank	AW.	So	pa de	verduri	itas		
Filete de abadejo al horno  Lachuga, maiz y zanahoria  INF. Fruta de temporada  597 78 23 22 835 90 33  LUNES 1  Espirales (G,H*) al estilo italiano (G)  (salsa de tomate casero)  Hamburguesa de coliflor y queso  Lechuga, olivas y soja (SO)  INF. Fruta de temporada  631 85 28 20 792 99 36  LUNES 1  Judía verde con patata y aceite de oliva  Croquetas de pollo  Lazos aliñados con aceite de oliva  INF. Fruta de temporada  607 66 19 31 842 79 27			ieso			F	ilete de mer	luza al l	norno (	P)				Pavo	al horn	10					Tor	tilla d	e patata	S			YY Y	W.	Biste	c de p	ollo al l	horno		
	Lechuga, olivas y	soja (SC	<b>O</b> )				Lechuga, t	omate	/ maiz				Lec	huga, pe	pino y z	anaho	ria			Le	chuga	, oliv	as y so	a (SO)					N	/lezcla	de seta	as		
INF.	Fruta de temp	orada		PRI.	INF.		Fruta de	tempoi	ada		PRI.	INF.		Yo	gurt (L)			PRI.	INF.		Frut	a de te	empora	da		PRI.	INF.		Fru	ıta de f	tempor	ada	ı	PRI.
631	85 28 20 792	2 99	36	29	573	70	28 17	760	78	40	30	611,4	84	16 24	827	111	19	34	672	90	24	24	760	84 3	33	34	576	84	25	15	796	99	36	29
	LUNES		18	3			MARTES			1	9			MERCOL	S		2	0			JUE	VES			2	1			VIE	RNES			22	
Lachuga, maiz y zanahoria  INF. Fruta de temporada  597 78 23 22 835 90 33  LUNES  Espirales (G,H*) al estilo italiano (G)  (salsa de tomate casero)  Hamburguesa de coliflor y queso  Lechuga, olivas y soja (SO)  INF. Fruta de temporada  631 85 28 20 792 99 36  LUNES  Judía verde con patata y aceite de oliva  Croquetas de pollo  Lazos aliñados con aceite de oliva  INF. Fruta de temporada  607 666 19 31 842 79 27													DIA DE I	OS DERI	CHOS I	DE LOS	NIÑOS	;																
Jı	udía verde con patata y	y aceite o	de oliva	ı		Lente	ejas guisada	ıs con v	erdurit	as (S)		-	Arroz	con sals	a de tor	nate ca	sero			J	ludias	blanc	as guis	adas					Sopa	de cal	do con	pasta		
	Croquetas de	pollo					Bacala	o al hor	no		<b>BHII</b>	1111		Tortilla de	calaba	cin (H)				Pol	lo asa	do al l	horno d	on piña					Filete	de me	rluza al	l horno		
	Lazos aliñados con a	ceite de	oliva				Lechuga	y zanal	noria		441			chuga , o	ivas y s	soja (S	<b>D</b> )				Lechu	ga, pe	epino y	maiz					Vari	iedad (	de ensa	alada		
INF.	Fruta de temp	orada		PRI.	INF.		Fruta de	tempoi	ada		PRI.	INF.	]	Yo	gurt (L)			PRI.	INF.		Frut	a de to	empora	da		PRI.	INF.		Fru	ıta de f	tempor	ada	I	PRI.
607	66 19 31 842	2 79	27	49	579	80	22 19	753	75	40	33	602	73	16 27	804	101	21	34	583	71	26	20	832	90 3	38	37	581	58	30	21	647	62	37	28
	LUNES		25	5			MARTES			2	26		-	MERCOL	S		2	7			JUE	VES			28	8			VIE	RNES			29	
LUNES 25						Ma	carrones co	n salsa	de ton	nate			G	arbanzos	con ve	rdurita	3			Crem	a de b	rócoli	i, ceboll	a y pata	ta		Arı	roz 3 d	lelícias	s (guisa	antes, ı	maíz, z	anahori	ia)
Borrajas con patata Hamburguesa de coliflor y queso (L,H,SE,			,G)			Nugge	ts de a	/e				F	lete de m	erluza a	al horn	)			Jar	noncit	os de	pollo a	l horno					Tc	ortilla c	de patat	tas			
	Lechuga y zan	ahoria					Variedad	de lech	ugas				Le	chuga , o	ivas y s	soja (S	<b>)</b>			Sa	lsa de	naraı	nja y ve	rduras					Lech	uga, p	epino y	/ maiz		
INF.	Fruta de temp			PRI.	INF.	]	Fruta de	tempoi	ada		PRI.	INF.	Ī	•	gurt (L)	• •		PRI.	INF.				empora			PRI.	INF.			•	tempor		Ī	PRI.
675	69 27 34 736	6 73	26	40	634	91	23 20	739	88	26	30	583	54	32 27	731	61	42	36	614	72	25	26	746	77	31	36	579	85	23	15	922	100	39	41
																															4			ال النام







Valores nutricionales: INF. (3-8 AÑOS) PRI.: (9-12 AÑOS) TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL













	ath												
	LUNES	4		MARTES	5		MIERCOLES		6		JUEVES 7		VIERNES 8
	Arroz con salsa de tomate c	asero		Lentejas guisadas con verd	uritas	Ma	carrones con aceite	de oliva y	oregano		Garbanzos con patata y aceite de oliva	ı	Brócoli con patata y aceite de oliva
	Filete de abadejo al hor	no		Tortilla de espinacas			Croquetas de	bacalao			Merluza al horno a la naranja		Albondigas de merluza con salsa de tomate
	Lachuga, maiz y zanaho	ria		Lechuga, pepino y oliva	s		Lechuga, zanah	oria y soja	ı		Lechuga, tomate y olivas		Champiñones
INF.	Fruta de temporada	PRI.	INF.	Fruta de temporada	PRI.	INF.	Yogur	t	PRI	. INF	F. Fruta de temporada	PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.
597	78 23 22 835 90	33 39	620	81 23 23 766 93	26 32	583		90 70	36 41	601			593         54         28         30         624         58         30         31
	LUNES	11		MARTES	12		MIERCOLES		13 30		JUEVES 14	31	VIERNES 15
Espir	ales al estilo italiano (con sal	sa de tomate		Arroz con verdritas			Coliflor i patata con	acoito do	oliva		Judias pintas quisadas		DIA DE LA TOLERANCIA  Sopa de verduritas
	casero)			Arroz con verditas			•		Jiiva		oudias pintas guisadas	and the	Mary Mary
	Hamburguesa de coliflor y d	•		Filete de merluza al horr	10		Salmón al I	horno			Tortilla de patata	MAY.	Varitas de verduras
	Lechuga, olivas y soja			Lechuga, tomate y mai:	<u>.</u>		Lechuga, pepino	y zanahor	ia		Lechuga , olivas y soja		Mezcla de setas
INF.	Fruta de temporada	PRI.	INF.	Fruta de temporada	PRI.	INF.	Yogur	t	PRI	. INF	F. Fruta de temporada	PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.
631	85 28 20 792 99	36 29	590	70 28 17 670 80	26 26	611		27 111	19 34	672			576         84         25         15         850         98         38         35
	LUNES	18		MARTES	19		MIERCOLES DIA DE LOS DERECHO	0.051.00	20		JUEVES 2	1	VIERNES 22
J	udía verde con patata y aceite	de oliva		Lentejas guisadas con vero	uras	L	Arroz con salsa de				Judias blancas guisadas		Sopa de caldo vegetal con pasta
				, ,		480					· ·		
	Croquetas bacalao			Bacalao al horno	WEST !	HHH	Tortilla de ca	llabacin			Hamburguesa de coliflor y queso		Filete de merluza al horno
	Lazos aliñados con aceite de	oliva		Lechuga y zanahoria			Lechuga , oliv	as y soja			Lechuga, pepino y maiz		Variedad de ensalada
INF.	Fruta de temporada	PRI.	INF.	Fruta de temporada	PRI.	INF.	Yogur	t	PRI	. INF	F. Fruta de temporada	PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.
607	66 19 31 842 79	27 49	579	80 22 19 753 75	40 33	602	73 16 27 8	04 101	21 34	593	3 71 26 20 801 97 <b>27</b>	34	581         58         30         21         802         98         37         29
	LUNES	25		MARTES	26		MIERCOLES		27		JUEVES 2	В	VIERNES 29
	Borrajas con patata			Macarrones con salsa de tor	nate		Garbanzos con				Crema de brócoli, ceba y patata		Arroz 3 delícias (guisantes, maiz, zanahoria)
	Hamburguesa de coliflor y o	lueso		Varitas de verduras			Filete de merluz	a al horno			Merluza al horno		Tortilla de patatas
	Lechuga y zanahoria			Variedad de lechugas			Lechuga, oliva	as y soja			Salsa de naranja y verduras		Lechuga, pepino y maiz
INF.	Fruta de temporada	PRI.	INF.	Fruta de temporada	PRI.	INF.	Yogur	t	PRI	. INF	F. Fruta de temporada	PRI.	INF. Fruta de temporada PRI.
675	69 27 34 733 86	19 37	634	91 23 20 858 113	20 36	583	54 32 27 7	31 61	42 36	614	4 72 25 26 708 91 18	32	576         84         22         14         802         98         37         29







Valores nutricionales: INF. (3-8 AÑOS) PRI.: (9-12 AÑOS) TODOS LOS MIERCOLES SE OFRECERÁ PAN INTEGRAL





SIN GLUTEN







LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
Arroz con salsa de tomate casero	Judias guisadas con verduritas	Macarrones (S/G) con aceite de oliva y oregano	Garbanzos y patata y aceite de oliva	Brócoli con patata y aceite de oliva
Filete de abadejo al horno	Tortilla de espinacas	Bacalao al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Albondigas de ternera con salsa de tomate
Lachuga, maiz y zanahoria	Lechuga, pepino y olivas	Salsa de naranja	Lechuga, tomate y olivas	Champiñones
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria y soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada
		Yogurt		
LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
Espirales (S/G) al estilo italiano				DIA DE LA TOLERANCIA
(salsa de tomate casero)	Arroz con verduritas	Coliflor i patata con aceite de oliva	Judias pintas guisadas	Sopa de verduritas con pasta (S/G)
Lomo al horno	Filete de merluza al horno	Lomo al horno	Tortilla de patatas	Bistec de pollo al horno
Lechuga, olivas y soja	Mezcla de setas	Lechuga, tomate y maiz	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y zanahoria
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
		DIA DE LOS DERECHOS DE LOS NIÑOS		
Judía verde con patata y aceite de oliva	Garbanzos guisadas con verduras	Arroz con salsa de tomate casero	Judias blancas guisadas	Sopa de caldo con pasta (S/G)
Tortilla francesa	Bacalao al horno	Tortilla de calabacin	Pollo asado al horno con piña	Filete de merluza al horno
Lazos (S/G) aliñados con aceite de oliva	Lechuga y zanahoria	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y maiz	Variedad de ensalada
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
Borrajas con patata	Macarrones (S/G) con salsa de tomate	Garbanzos con verduras	Crema de brócoli, cebolla y patata	Arroz 3 delícias (guisantes, maíz, zanahoria)
	,		•	
Hamburguesa de ternera a la plancha	Pavo al horno	Filete de merluza al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Revuelto de jamón
Lechuga y zanahoria	Variedad de lechugas	Lechuga, olivas y soja	Salsa de naranja y verduras	Lechuga, pepino y maiz
Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada











SIN LACTOSA







LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
Arroz con salsa de tomate o	casero	Lentejas guisadas con verdu	ıritas	Macarrones con aceite de oliva	y oregano	Garbanzos con patata y aceite	de oliva	Brócoli con patata y ace	ite de oliva
Filete de abadejo al hor	no	Tortilla de espinacas		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al ho	rno	Fingers de pescado con sa	Ilsa de tomate
Lachuga, maiz y zanaho	ria	Lechuga, pepino y oliva	\$	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	s	Champiñones	;
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
				Yogurt de soja					
LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Espirales al estilo italia	no							DIA DE LA TOLER	ANCIA
(salsa de tomate casero	0)	Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	e oliva	Judias pintas guisadas	;	Sopa de verduritas co	on pasta
Lomo al horno		Filete de merluza al horn	0	Lomo al horno		Tortilla de patatas	Wall Ball	Bistec de pollo al l	norno
Lechuga, olivas y soja	а	Mezcla de setas		Lechuga, tomate y mai:	Z	Lechuga , olivas y soja		Lechuga, pepino y za	nahoria
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES DIA DE LOS DERECHOS DE LO	20	JUEVES	21	VIERNES	22
Judía verde con patata y aceite	e de oliva	Lentejas guisadas con verdu	ıritas	Arroz con salsa de tomate c		Judias blancas guisada:	s	Sopa de caldo con	pasta
Fingers de pollo		Bacalao al horno	V	Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	oiña	Filete de merluza al	horno
Lazos aliñados con aceite de	e oliva	Lechuga y zanahoria	WEST !	Lechuga , olivas y soja	ı	Lechuga, pepino y maiz	Z	Variedad de ensa	lada
Fruta de temporada		Fruta de temporada	1	Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
Borrajas con patata		Macarrones con salsa de to	mate	Garbanzos con verdurita	as	Crema de brócoli, cebolla y p	patata	Arroz 3 delícias (guisantes, r	maíz, zanahoria)
Hamburguesa de ternera a la	plancha	Nuggets de ave		Filete de merluza al horr	10	Jamoncitos de pollo al ho	rno	Revuelto de champi	iñones
Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga, olivas y soja		Salsa de naranja y verdur	ras	Lechuga, pepino y	maiz
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada









SIN PLV



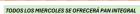




	LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
	LONES	-	MAICILS	3	MILICOLLS	•	JULYES	,	VIERNES	
	Arroz con salsa de tomate ca	coro	Lentejas guisadas con verdu	uritae	Macarrones con aceite de oliva y	orogano	Garbanzos con patata y aceite c	lo oliva	Brócoli con patata y aceite de	o oliva
	ATTOZ COTI Salsa de totilate ca	Sero	Lentejas guisadas con verdo	iiitas	macarrones con acene de onva y	oregano	Garbanzos con patata y acente c	ie Uliva	Brocon con patata y acente di	e oliva
	Filete de abadejo al horno	0	Tortilla de espinacas		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al hor	no	Fingers de pescado con salsa d	le tomate
	Lachuga, maiz y zanahoria	a	Lechuga, pepino y olivas	S	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y olivas	i	Champiñones	
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de temporada	
					Yogurt de soja					
	LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
	Espirales al estilo italiano	)							DIA DE LA TOLERANCI	IA
	(salsa de tomate casero)		Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	oliva	Judias pintas guisadas		Sopa de verduritas con pa	asta
	Lomo al horno		Filete de merluza al horn	0	Lomo al horno		Tortilla de patatas	Went Hall	Bistec de pollo al horno	o 📗
	Lechuga, olivas y soja		Mezcla de setas		Lechuga, tomate y maiz	:	Lechuga , olivas y soja	M Y	Lechuga, pepino y zanaho	oria
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
	LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
					DIA DE LOS DERECHOS DE LO					
-	Judía verde con patata y aceite o	de oliva	Lentejas guisadas con verdu	ırıtas	Arroz con salsa de tomate c	asero	Judias blancas guisadas		Sopa de caldo de verduras co	
	Fingers de pollo		Bacalao al horno		Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con pi	iña	Filete de merluza al horn	10
	Lazos aliñados con aceite de	oliva	Lechuga y zanahoria	WEST !	Lechuga , olivas y soja		Lechuga, pepino y maiz		Variedad de ensalada	
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
	LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
	Borrajas con patata		Macarrones con salsa de tor	mate	Garbanzos con verdurita	ıs	Crema de brócoli, cebolla y p	atata	Arroz 3 delícias (guisantes, maíz,	zanahoria)
	Lomo al horno		Pavo al horno		Filete de merluza al horn	0	Jamoncitos de pollo al hor	no	Revuelto con champiñon	ies
	Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga, olivas y soja		Salsa de naranja y verdura	ıs	Lechuga, pepino y maiz	z
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
	-		•		- •		-			











SIN PESCADO







	LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
	Arroz con salsa de tomate cas	sero	Lentejas guisadas con verdu	uritas	Macarrones con aceite de oliva	y oregano	Garbanzos con patata y aceite	de oliva	Brócoli con patata y ace	ite de oliva
	Filete de abadejo al horno	•	Tortilla de calabacín		Salchichas al horno		Jamoncitos de pollo al ho	rno	Albóndigas de ternera con s	salsa de tomate
	Lachuga, maiz y zanahoria	ı	Lechuga, pepino y oliva	s	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	s	Champiñones	s .
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
					Yogurt					
	LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
	Espirales al estilo italiano	•							DIA DE LA TOLER	ANCIA
	(salsa de tomate casero)		Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	e oliva	Judias pintas guisadas		Sopa de verduri	tas
	Lomo al horno		Tortilla de patatas		Lomo al horno		Tortilla de patatas	Well the	Bistec de pollo al l	norno
	Lechuga, olivas y soja		Mezcla de setas		Lechuga, tomate y mai:	z	Lechuga , olivas y soja		Lechuga, pepino y za	nahoria
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
	LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
	Judía verde con patata y aceite d	le oliva	Lentejas guisadas con verd	uras	DIA DE LOS DERECHOS DE LO Arroz con salsa de tomate o		Judias blancas guisada	s	Sopa de caldo con	pasta
	Fingers de pollo		Filete de pavo al horno		Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	oiña	Salchichas de ternera	al horno
	Lazos aliñados con aceite de o	oliva	Lechuga y zanahoria	WEST !	Lechuga , olivas y soja	ı	Lechuga, pepino y maiz	2	Variedad de ensa	lada
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
	LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
Ī	Borrajas con patata		Macarrones con salsa de to	mate	Garbanzos con verdurita	as	Crema de brócoli, cebolla y p	oatata	Arroz 3 delícias (guisantes, r	maíz, zanahoria)
	Hamburguesa de ternera a la pla	ancha	Nuggets de ave		Salchichas de ternera al h	orno	Jamoncitos de pollo al ho	rno	Revuelto de jam	ión
	Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga, olivas y soja		Salsa de naranja y verdur	as	Lechuga, pepino y	maiz
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada











#### SIN PESCADO Y SIN MARISCO







	LUNES	4 MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
	Arroz con salsa de tomate casero	Lentejas guisadas con ver	duritas	Macarrones con aceite de oliva	y oregano	Garbanzos con patata y aceite	de oliva	Brócoli con patata y ace	ite de oliva
	Filete de abadejo al horno	Tortilla de calabacír	1	Salchichas al horno		Jamoncitos de pollo al ho	rno	Albóndigas de ternera con s	alsa de tomate
	Lachuga, maiz y zanahoria	Lechuga, pepino y oliv	as as	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	s	Champiñones	;
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de tempor	ada
				Yogurt					
	LUNES	11 MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
	Espirales al estilo italiano							DIA DE LA TOLER	ANCIA
	(salsa de tomate casero)	Arroz con verduritas	3	Coliflor i patata con aceite de	e oliva	Judias pintas guisadas		Sopa de verduri	tas
	Lomo al horno	Tortilla de patatas		Lomo al horno		Tortilla de patatas	Waste Waste	Bistec de pollo al l	norno
	Lechuga, olivas y soja	Mezcla de setas		Lechuga, tomate y mai:	z	Lechuga , olivas y soja	ary y	Lechuga, pepino y za	nahoria
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempor	ada
	LUNES	18 MARTES	19	MIERCOLES DIA DE LOS DERECHOS DE LO	20	JUEVES	21	VIERNES	22
	Judía verde con patata y aceite de o	iva Lentejas guisadas con ve	rduras	Arroz con salsa de tomate c		Judias blancas guisada	s	Sopa de caldo con	pasta
	Fingers de pollo	Filete de lomo al horr		Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	oiña	Salchichas de ternera	al horno
	Lazos aliñados con aceite de oliva	Lechuga y zanahoria	a William	Lechuga , olivas y soja	ı	Lechuga, pepino y maiz	2	Variedad de ensa	lada
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	1	Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempor	ada
	LUNES	25 MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
I	Borrajas con patata	Macarrones con salsa de	tomate	Garbanzos con verdurita	as	Crema de brócoli, cebolla y p	oatata	Arroz 3 delícias (guisantes, r	naíz, zanahoria)
	Hamburguesa de ternera a la planc	ha Nuggets de ave		Salchichas de ternera al ho	orno	Jamoncitos de pollo al ho	rno	Revuelto de jam	ón
	Lechuga y zanahoria	Variedad de lechuga	s	Lechuga, olivas y soja		Salsa de naranja y verdur	as	Lechuga, pepino y	maiz
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempor	ada









SIN HUEVO







	LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
Arro	oz con salsa de tomate	casero	Lentejas guisadas con verd	uritas	Macarrones sin huevo con aceite oregano	e de oliva y	Garbanzos con patata y aceite	e de oliva	Brócoli con patata y aceite	de oliva
F	ilete de abadejo al ho	orno	Pavo al horno		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al ho	orno	Albòndigas de ternera con sals	a de tomate
L	_achuga, maiz y zanah	oria	Lechuga, pepino y oliva	ıs	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliv	as	Champiñones	
	Fruta de temporada	1	Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de temporada	
					Yogurt					
	LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Espira	ales sin huevo al estilo	o italiano							DIA DE LA TOLERANO	CIA
	(salsa de tomate case	ro)	Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite d	e oliva	Judias pintas guisada	s	Sopa de verduritas con pasta	sin huevo
	Lomo al horno		Filete de merluza al horr	10	Lomo al horno		Pavo al horno	Maril Ha	Bistec de pollo al hori	10
	Lechuga, olivas y so	oja	Mezcla de setas		Lechuga, tomate y mai	z	Lechuga , olivas y soj	a Mili	Lechuga, pepino y zanał	noria
	Fruta de temporada	1	Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
	LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
Judía v	erde con patata y acei	te de oliva	Lentejas guisadas con verd	uritas	Arroz con salsa de tomate o		Judias blancas guisada	as	Sopa de caldo con pasta si	n huevo
	Fingers de pollo		Bacalao al horno	-	Lomo al horno		Pollo asado al horno con	piña	Filete de merluza al ho	rno
Lazos (s/h	nuevo) aliñados con a	ceite de oliva	Lechuga y zanahoria	4553.4	Lechuga , olivas y soja	ı	Lechuga, pepino y ma	iz	Variedad de ensalad	a
	Fruta de temporada	1	Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
	LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
	Borrajas con patata	1	Macarrones sin huevo con salsa	de tomate	Garbanzos con verdurit	as	Crema de brócoli, cebolla y	patata	Arroz 3 delícias (guisantes, maíz	z, zanahoria)
Hambi	urguesa de ternera a la	a plancha	Nuggets de ave		Filete de merluza al hori	10	Jamoncitos de pollo al ho	orno	Pavo al horno	
	Lechuga y zanahori	a	Variedad de lechugas		Lechuga , olivas y soja	ı	Salsa de naranja y verdu	ıras	Lechuga, pepino y ma	iz
	Fruta de temporada	1	Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada	

















	LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
	LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES /	VIERNES
	Arroz con salsa de tomate casero	Lentejas guisadas con verduritas	Macarrones con aceite de oliva y oregano	Garbanzos con patata y aceite de oliva	Brócoli con patata y aceite de oliva
ı	Filete de abadejo al horno	Tortilla de espinacas	Bacalao al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Albóndigas de ternera con salsa de tomate
4	Lachuga, maiz y zanahoria	Lechuga, pepino y olivas	Salsa de naranja	Lechuga, tomate y olivas	Champiñones
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria y soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada
			Yogurt		
	LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
	Espirales al estilo italiano				DIA DE LA TOLERANCIA
	(salsa de tomate casero)	Arroz con verduritas	Coliflor i patata con aceite de oliva	Judias pintas guisadas	Sopa de verduritas
4	Hamburguesa de coliflor y queso	Filete de merluza al horno	Hamburguesa de coliflor y queso	Tortilla de patatas	Bistec de pollo al horno
4	Lechuga, olivas y soja	Mezcla de setas	Lechuga, tomate y maiz	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y zanahoria
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
	LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
			DIA DE LOS DERECHOS DE LOS NIÑOS		
	Judía verde con patata y aceite de oliva	Lentejas guisadas con verduritas	Arroz con salsa de tomate casero	Judias blancas guisadas	Sopa de caldo con pasta
	Fingers de pollo	Bacalao al horno	Tortilla de calabacin	Pollo asado al horno con piña	Filete de merluza al horno
4	Lazos aliñados con aceite de oliva	Lechuga y zanahoria	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y maiz	Variedad de ensalada
4	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
	LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
1	Borrajas con patata	Macarrones con salsa de tomate	Garbanzos con verduritas	Crema de brócoli, cebolla y patata	Arroz 3 delícias (guisantes, maíz, zanahoria)
	Hamburguesa de ternera a la plancha	Nuggets de ave	Filete de merluza al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Revuelto de jamón
	Lechuga y zanahoria	Variedad de lechugas	Lechuga , olivas y soja	Salsa de naranja y verduras	Lechuga, pepino y maiz
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada









SIN FRUTOS SECOS Y SIN FRUTAS CON HUESO







LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
Arroz con salsa de tomate ca	asero	Lentejas guisadas con verdu	ıritas	Macarrones con aceite de oliva y	oregano	Garbanzos con patata y aceite o	de oliva	Brócoli con patata y aceit	e de oliva
Filete de abadejo al horr	no	Tortilla de espinacas		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al hor	no	Albóndigas de ternera con sa	Isa de tomate
Lachuga, maiz y zanahor	ria	Lechuga, pepino y oliva	5	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y olivas	3	Champiñones	
Fruta de temporada*		Fruta de temporada*		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada*		Fruta de temporad	a*
				Yogurt					
LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Espirales al estilo italian	10							DIA DE LA TOLERA	NCIA
(salsa de tomate casero	<b>)</b>	Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	oliva	Judias pintas guisadas		Sopa de verdurita	ıs
Hamburguesa de coliflor y q	queso	Filete de merluza al horn	0	Hamburguesa de coliflor y o	lueso	Tortilla de patatas	We Hall	Bistec de pollo al ho	orno
Lechuga, olivas y soja	ı	Mezcla de setas		Lechuga, tomate y maiz	<u>!</u>	Lechuga , olivas y soja	MRY	Lechuga, pepino y zan	ahoria
Fruta de temporada*		Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		Fruta de temporad	a*
LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
				DIA DE LOS DERECHOS DE LO	S NIÑOS				
Judía verde con patata y aceite	de oliva	Lentejas guisadas con verdu	ıritas	Arroz con salsa de tomate c	asero	Judias blancas guisadas	3	Sopa de caldo con p	asta
Fingers de pollo		Bacalao al horno	Sec.	Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	iña	Filete de merluza al h	orno
Lazos aliñados con aceite de	e oliva	Lechuga y zanahoria	MARKET !	Lechuga , olivas y soja	1	Lechuga, pepino y maiz		Variedad de ensala	da
Fruta de temporada*		Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		Fruta de temporad	a*
LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
Borrajas con patata		Macarrones con salsa de to	mate	Garbanzos con verdurita	ıs	Crema de brócoli, cebolla y p	atata	Arroz 3 delícies (guisantes, ma	aíz, zanahoria)
Hamburguesa de ternera a la p	olancha	Nuggets de ave		Filete de merluza al horn	10	Jamoncitos de pollo al hor		Revuelto de jamón y o	
Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga , olivas y soja		Salsa de naranja v verdura		Lechuga, pepino y r	
		ŭ						Fruta de temporad	
Fruta de temporada*		Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		rruta de temporad	d

















LUNES 4	MARTES 5	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
Arroz con salsa de tomate casero	Lentejas guisadas con verduritas		Macarrones con aceite de oliva y	oregano	Garbanzos con patata y aceite	de oliva	Brócoli con patata y aceite d	e oliva
Filete de abadejo al horno	Tortilla de espinacas		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al hor	no	Albóndigas de ternera con salsa	de tomate
Lachuga, maiz y zanahoria	Lechuga, pepino y olivas		Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	5	Champiñones	
Fruta de temporada*	Fruta de temporada*		Lechuga, zanahoria y so	а	Fruta de temporada*		Fruta de temporada*	
			Yogurt					
LUNES 11	MARTES 1	2	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Espirales al estilo italiano							DIA DE LA TOLERANC	IA
(salsa de tomate casero)	Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	oliva	Judias pintas guisadas		Sopa de verduritas	
Hamburguesa de coliflor y queso	Filete de merluza al horno		Hamburguesa de coliflor y q	ueso	Tortilla de patatas	Well to	Bistec de pollo al horne	0
Lechuga, olivas y soja	Mezcla de setas		Lechuga, tomate y maiz		Lechuga , olivas y soja	MENT	Lechuga, pepino y zanah	oria
Fruta de temporada*	Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		Fruta de temporada*	
LUNES 18	MARTES 1	9	MIERCOLES DIA DE LOS DERECHOS DE LO	20	JUEVES	21	VIERNES	22
Judía verde con patata y aceite de oliv	Lentejas guisadas con verduritas		Arroz con salsa de tomate ca		Judias blancas guisadas	5	Sopa de caldo con pasí	a
Fingers de pollo	Bacalao al horno	weigh.	Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	iña	Filete de merluza al hori	10
Lazos aliñados con aceite de oliva	Lechuga y zanahoria	45514	Lechuga , olivas y soja		Lechuga, pepino y maiz		Variedad de ensalada	
Fruta de temporada*	Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		Fruta de temporada*	
LUNES 25	MARTES 2	6	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
Borrajas con patata	Macarrones con salsa de tomate		Garbanzos con verdurita	s	Crema de brócoli, cebolla y p	oatata	Arroz 3 delícias (guisantes, maíz,	zanahoria)
Hamburguesa de ternera a la plancha	Nuggets de ave		Filete de merluza al horn	0	Jamoncitos de pollo al hor	no	Revuelto de jamón	
Lechuga y zanahoria	Variedad de lechugas		Lechuga , olivas y soja		Salsa de naranja y verdur	as	Lechuga, pepino y mai	z
Fruta de temporada*	Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		Fruta de temporada*	









SIN POLLO Y SIN PAVO



## November





	LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
	LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES /	VIERNES 0
	Arroz con salsa de tomate casero	Lentejas guisadas con verduritas	Macarrones con aceite de oliva y oregano	Garbanzos con patata y aceite de oliva	Brócoli con patata y aceite de oliva
i	Filete de abadejo al horno	Tortilla de espinacas	Bacalao al horno	Lomo al horno	Albóndigas de ternera con salsa de tomate
	Lachuga, maiz y zanahoria	Lechuga, pepino y olivas	Salsa de naranja	Lechuga, tomate y olivas	Champiñones
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria y soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada
			Yogurt		
	LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
	Espirales al estilo italiano				DIA DE LA TOLERANCIA
	(salsa de tomate casero)	Arroz con verduritas	Coliflor i patata con aceite de oliva	Judias pintas guisadas	Sopa de verduritas
	Hamburguesa de coliflor y queso	Filete de merluza al horno	Hamburguesa de coliflor y queso	Tortilla de patatas	Tortilla de patatas
	Lechuga, olivas y soja	Mezcla de setas	Lechuga, tomate y maiz	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y zanahoria
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
	LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
			DIA DE LOS DERECHOS DE LOS NIÑOS		
	Judía verde con patata y aceite de oliva	Lentejas guisadas con verduritas	Arroz con salsa de tomate casero	Judias blancas guisadas	Sopa de caldo vegetal con pasta
	Croquetas de bacalao	Bacalao al horno	Tortilla de calabacin	Filete de merluza al horno	Filete de merluza al horno
	Lazos aliñados con aceite de oliva	Lechuga y zanahoria	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y maiz	Variedad de ensalada
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
	LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
	Borrajas con patata	Macarrones con salsa de tomate	Garbanzos con verduritas	Crema de brócoli, cebolla y patata	Arroz 3 delícas (guisantes, maíz, zanahoria)
	Hamburguesa de ternera a la plancha	Tortilla francesa	Filete de merluza al horno	Lomo al horno	Revuelto de jamñon
	,				,
	Lechuga y zanahoria	Variedad de lechugas	Lechuga , olivas y soja	Salsa de naranja y verduras	Lechuga, pepino y maiz
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada

SERHS FOOD

Door Touristics

Door Touristics

There is no like to the control of the control of









SIN GARBANZOS







	LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
	Arroz con salsa de tomate case	ero	Lentejas guisadas con verdu	ıritas	Macarrones con aceite de oliva	y oregano	Judias blancas con patata y aceit	e de oliva	Brócoli con patata y ace	ite de oliva
	Filete de abadejo al horno		Tortilla espinacas		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al hor	no	Albóndigas de ternera con s	alsa de tomate
	Lachuga, maiz y zanahoria		Lechuga, pepino y oliva	s	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	\$	Champiñones	
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
					Yogurt					
	LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
	Espirales al estilo italiano								DIA DE LA TOLERA	ANCIA
	(salsa de tomate casero)		Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	e oliva	Judias pintas guisadas		Sopa de verduri	tas
	Hamburguesa de coliflor y que	so	Filete de merluza al horn	0	Hamburguesa de coliflor y d	queso	Tortilla de patatas		Bistec de pollo al h	norno
	Lechuga, olivas y soja		Mezcla de setas		Lechuga, tomate y mai:	z	Lechuga , olivas y soja		Lechuga, pepino y za	nahoria
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
	LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES DIA DE LOS DERECHOS DE LO	20	JUEVES	21	VIERNES	22
	Judía verde con patata y aceite de	oliva	Lentejas guisadas con verdu	ıritas	Arroz con salsa de tomate c		Judias blancas guisadas	sadas Sopa de caldo		pasta
	Croquetas de rustido		Bacalao al horno	1	Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	iña	Filete de merluza al honro	
	Lazos aliñados con aceite de oli	liva	Lechuga y zanahoria	MARKET 4.	Lechuga , olivas y soja	l	Lechuga, pepino y maiz		Variedad de ensa	lada
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
	LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
I	Borrajas con patata		Macarrones con salsa de to	mate	Lentejas con verduritas	5	Crema de brócoli, cebolla y p	atata	Arroz 3 delícias (guisantes, n	naíz, zanahoria)
	Hamburguesa de ternera a la plar	ncha	Nuggets de ave		Filete de merluza al hon	ro	Jamoncitos de pollo al hor	no	Revuelto de jamón y	queso
	Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga , olivas y soja	1	Salsa de naranja y verdur	as	Lechuga, pepino y	maiz
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada

















LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
LUNES	4	MARTES	3	MIERCOLES	0	JUEVES	/	VIERNES	0
Arroz con salsa de tomate	casero	Judias guisados con verdu	ritas	Macarrones con aceite de oliva	/ oregano	Garbanzos con patata y aceite o	de oliva	Brócoli con patata y acei	ite de oliva
Filete de abadejo al ho	rno	Tortilla de espinacas		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al hor	rno	Albóndigas de merluza con s	salsa de tomate
Lachuga, maiz y zanaho	oria	Lechuga, pepino y oliva	s	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y olivas	s	Champiñones	
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
				Yogurt					
LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Espirales al estilo italia	ano							DIA DE LA TOLERA	ANCIA
(salsa de tomate caser	·o)	Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	e oliva	Judias pintas guisadas		Sopa de verdurit	ras
Hamburguesa de coliflor y	queso	Filete de merluza al horn	10	Hamburguesa de coliflor y d	<sub>l</sub> ueso	Tortilla de patatas	WALL BANK	Bistec de pollo al h	iorno
Lechuga, olivas y soj	ja	Mezcla de setas		Lechuga, tomate y maiz	z	Lechuga , olivas y soja	APY Y	Lechuga, pepino y zar	nahoria
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
				DIA DE LOS DERECHOS DE LO	S NINOS				
Judía verde con patata y aceit	e de oliva	Garbanzos guisados con verd	duritas	Arroz con salsa de tomate c	asero	Judias blancas guisadas	3	Sopa de caldo con p	pasta
Croquetas de rustido	)	Bacalao al horno		Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	iña	Filete de melruza al l	horno
Lazos aliñados con aceite o	de oliva	Lechuga y zanahoria	MARKET .	Lechuga , olivas y soja	1	Lechuga, pepino y maiz	:	Variedad de ensal	ada
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ada
LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
Borrajas con patata		Macarrones con salsa de to	mate	Garbanzos con verdurita	as	Crema de brócoli, cebolla y p	oatata	Arroz 3 delícias (guisantes, m	naíz. zanahoria)
Hamburguesa de ternera a la		Nuggets de ave		Filete de melruza al horr		Jamoncitos de pollo al hor		Revuelto de jamón y	
Lechuga y zanahoria	•	Variedad de lechugas		Lechuga , olivas y soja		Salsa de naranja y verdura		Lechuga, pepino y	
• •		_					aə		
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de tempora	ıaa
				1	1	ii		1	











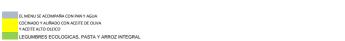
SIN ALUBIAS







	LUNES 4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
	LONES	MARTES		MILICOLLS	J	JOETES	,	VIERRES	
	Arroz con salsa de tomate casero	Lentejas guisadas con verdu		Macarrones con aceite de oliva y		Garbanzos con patata y aceite	ماناه ما	Brócoli con patata y aceit	a da aliva
	ATTOZ COTI Salsa de torriate casero	Lentejas guisadas con verdu	iilas	Macarrones con aceite de onva y	oregano	Garbanzos con patata y aceite	ue oliva	Brocon con patata y acent	e de oliva
	Filete de abadejo al horno	Tortilla de espinacas		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al hor	no	Albóndigas de ternera con sa	Isa de tomate
	Lachuga, maiz y zanahoria	Lechuga, pepino y olivas	<b>5</b>	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y olivas	5	Champiñones	
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de temporac	la
				Yogurt					
	LUNES 1	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
	Espirales al estilo italiano							DIA DE LA TOLERAI	NCIA
	(salsa de tomate casero)	Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	oliva	Garbanzos guisados		Sopa de verdurita	s
	Hamburguesa de coliflor y queso	Filete de merluza al horne	0	Hamburguesa de coliflor y o	ueso	Tortilla de patatas		Bistec de pollo al ho	orno
	Lechuga, olivas y soja	Mezcla de setas		Lechuga, tomate y maiz	!	Lechuga , olivas y soja	WAL	Lechuga, pepino y zan	ahoria
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
	LUNES 1	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
				DIA DE LOS DERECHOS DE LO	S NINOS				
	Judía verde con patata y aceite de oli	a Lentejas guisadas con verdu	ritas	Arroz con salsa de tomate c	asero	Garbanzos guisados	Sopa de caldo con		asta
	Croquetas de rustido	Bacalao al horno	1111	Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	iña	Filete de merluza al h	orno
	Lazos aliñados con aceite de oliva	Lechuga y zanahoria	NEW PROPERTY.	Lechuga , olivas y soja		Lechuga, pepino y maiz	:	Variedad de ensala	da
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporac	la
	LUNES 2	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
7	Borrajas con patata	Macarrones con salsa de tor	mata	Garbanzos con verdurita	ıe	Crema de brócoli, cebolla y p	natata	Arroz 3 delícias (guisantes, ma	níz zanahoria)
	Hamburguesa de ternera al horno			Filete de merluza al horn	-	Jamoncitos de pollo al hor			
	<b>U</b>	Nuggets de ave				·		Revuelto de jamón y o	
	Lechuga y zanahoria	Variedad de lechugas		Lechuga , olivas y soja		Salsa de naranja y verdur	as	Lechuga, pepino y n	
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporac	la









#### SIN LENTEJAS Y SIN ALUBIAS







	LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
	LONES	MAIN ES	MILICOLLS	702423	VILIMES
7	Arroz con salsa de tomate casero	Contrare quiendes con vendunites	Macausa and anality de alive y average	Carbarras con mateta y conita de aliva	Préceli con retete y socite de clive
4	Arroz con saisa de tomate casero	Garbanzos guisados con verduritas	Macarrones con aceite de oliva y oregano	Garbanzos con patata y aceite de oliva	Brócoli con patata y aceite de oliva
	Filete de abadejo al horno	Tortilla de espinacas	Bacalao al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Albóndigas de ternera con salsa de tomate
	Lachuga, maiz y zanahoria	Lechuga, pepino y olivas	Salsa de naranja	Lechuga, tomate y olivas	Champiñones
4	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria y soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada
			Yogurt		
	LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
	Espirales al estilo italiano				DIA DE LA TOLERANCIA
	(salsa de tomate casero)	Arroz con verduritas	Coliflor i patata con aceite de oliva	Garbanzos guisados	Sopa de verduritas
	Hamburguesa de coliflor y queso	Filete de merluza al horno	Hamburguesa de coliflor y queso	Tortilla de patatas	Bistec de pollo al horno
	Lechuga, olivas y soja	TO THE REPORT OF THE PERSON OF		Lechuga, pepino y zanahoria	
4	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
	LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
			DIA DE LOS DERECHOS DE LOS NIÑOS		
	Judía verde con patata y aceite de oliv	Garbanzos guisados con verduritas	Arroz con salsa de tomate casero	Patatas guisadas	Sopa de caldo con pasta
	Croquetas de rustido	Bacalao al horno	Tortilla de calabacin	Pollo asado al horno con piña	Filete de merluza al horno
	Lazos aliñados con aceite de oliva	Lechuga y zanahoria	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y maiz	Variedad de ensalada
4	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
	LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
	Borrajas con patata	Macarrones con salsa de tomate	Garbanzos con verduritas	Crema de brócoli, cebolla y patata	Arroz 3 delícias (guisantes, maíz, zanahoria)
	Hamburguesa de ternera a la plancha	Nuggets de ave	Filete de merluza al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Revuelto de jamón
	Lechuga y zanahoria	Variedad de lechugas	Lechuga , olivas y soja	Salsa de naranja y verduras	Lechuga, pepino y maiz
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Fruta de temporada	Fruta de temporada
	rruta de temporada	riuta de temporada	Yogurt	riuta de temporada	riuta de temporada











NO PASTA







	LUNES 4	MARTES 5	MIERCOLES 6	JUEVES 7	VIERNES 8
	LUNES	MARTES	MIERCOLES 0	302453	VIENAES 0
	Arroz con salsa de tomate casero	Lentejas guisadas con verduritas	Arroz con aceite de oliva y oregano	Garbanzos con patata y aceite de oliva	Brócoli con patata y aceite de oliva
ı	Filete de abadejo al horno	Tortilla de espinacas	Bacalao al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Albóndigas de ternera con salsa de tomate
	Lachuga, maiz y zanahoria	Lechuga, pepino y olivas	Salsa de naranja	Lechuga, tomate y olivas	Champiñones
4	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lechuga, zanahoria y soja	Fruta de temporada	Fruta de temporada
			Yogurt		
	LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
	Arroz con				DIA DE LA TOLERANCIA
	(salsa de tomate casero)	Arroz con verduritas	Coliflor i patata con aceite de oliva	Judias pintas guisadas	Sopa de verduritas
	Lomo al horno	Filete de merluza al horno	Lomo al horno	Tortilla de patatas	Bistec de pollo al horno
	Lechuga, olivas y soja	Mezcla de setas	Lechuga, tomate y maiz	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y zanahoria
4	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
	LUNES 18	MARTES 19	MIERCOLES 20	JUEVES 21	VIERNES 22
			DIA DE LOS DERECHOS DE LOS NIÑOS		
	Judía verde con patata y aceite de oliva	Lentejas guisadas con verduritas	Arroz con salsa de tomate casero	Judias blancas guisadas	Sopa de caldo con arroz
	Croquetas de rustido	Bacalao al horno	Tortilla de calabacin Pollo asado al horno con piña		Salchichas de ternera al horno
	Arroz aliñado con aceite de oliva	Lechuga y zanahoria	Lechuga , olivas y soja	Lechuga, pepino y maiz	Variedad de ensalada
	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogurt	Fruta de temporada	Fruta de temporada
	LUNES 25	MARTES 26	MIERCOLES 27	JUEVES 28	VIERNES 29
	Borrajas con patata	Arroz con salsa de tomate	Garbanzos con verduritas	Crema de brócoli, cebolla y patata	Arroz 3 delícias (guisantes, maíz, zanahoria)
	Hamburguesa de ternera a la plancha	Nuggets de ave	Salchichas de ternera al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Revuelto de jamón y queso
	Lechuga y zanahoria	Variedad de lechugas	Lechuga , olivas y soja	Salsa de naranja y verduras	Lechuga, pepino y maiz
	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Fruta de temporada	Fruta de temporada
	riula de temporada	riuta de temporada	Yogurt	riuta de temporada	Fruta de temporada









SIN HUEVO, LEGUMINOSAS, PESCADO,FRUTOS SECOS,FRUTAS CON HUESO







							_		
LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
Arroz con salsa de tomate cas	sero	Patatas guisadas con verdu (s/guisantes)(ni judias verc		Macarrones (sin huevo) con aceite oregano	e de oliva y	Patata hervida con aceite de	oliva	Brócoli con patata y aceite	de oliva
Filete de abadejo al horno	0	Filete de pavo al horno		Dados de ternera en su ju	go	Jamoncitos de pollo al ho	rno	Dados de ternera con salsa	de tomate
Lachuga, maiz y zanahoria	a	Lechuga, pepino y oliva	s	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	s	Champiñones	
Fruta de temporada*		Fruta de temporada*		Lechuga y zanahoria		Fruta de temporada*		Fruta de temporada	*
				Yogurt					
LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Espirales (sin huevo) al estilo itali	iano (G)						14 VIERNES DIA DE LA		CIA
(salsa de tomate casero)		Arroz con verduritas (s/guisantes verdes)	)(ni judias	Coliflor i patata con aceite de	oliva	Patatas guisadas (s/guisantes)( verdes)	ni judias	Sopa de verduritas (s/guisante verdes)	es)(ni judias
Lomo al horno		Filete de pavo al horno		Lomo al horno		Dados de ternera en su ju	ıgo 🌉	Bistec de pollo al hor	no
Lechuga y olivas		Mezcla de setas		Lechuga, tomate y maiz	:	Lechuga y olivas	ary	Lechuga, pepino y zana	horia
Fruta de temporada*		Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		Fruta de temporada	*
LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
				DIA DE LOS DERECHOS DE LO					
Acelgas con patata y aceite de	oliva	Macarrones con salsa tom	ate	Arroz con salsa de tomate ca	asero	Col y patata con aceite de o	oliva	Sopa de caldo con pasta (si	n huevo)
Pollo rebozado con harina de	maiz	Lomo al horno	1000	Filete de pavo al horno		Pollo asado al horno con p	oiña	Dados de ternera en su	jugo
Lazos (s/huevo) aliñados con aceito	e de oliva	Lechuga y zanahoria	Mary 4	Lechuga y olivas		Lechuga, pepino y maiz	z	Variedad de ensalad	la
Fruta de temporada*		Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		Fruta de temporada	*
LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
Borrajas con patata		Macarrones sin huevo con salsa	de tomate	Espirales sin huevo con verd (s/guisantes)(ni judias verd		Crema de brócoli, cebolla у р	patata	Arroz 3 delícias (zanahoria, ma	íz, pimineto)
Bistec de pollo al horno		Pavo al horno		Dados de ternera en su ju	go	Jamoncitos de pollo al ho		Lomo al horno	
Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga y olivas		Salsa de naranja y verduras (s/gu judias verdes)	isantes)(ni	Lechuga, pepino y ma	aiz
Fruta de temporada*		Fruta de temporada*		Yogurt		Fruta de temporada*		Fruta de temporada	*

















LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
Arroz con aceite y oregai	no	Puré de patata		Macarrones con aceite de oliva	y oregano	Patata hervida aliñada con aceite	e de oliva	Brócoli con patata y aceite	de oliva
Filete de abadejo al horr	10	Tortilla francesa		Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al hor	no	Dados de ternera en su	jugo
Lechuga y tomate (max 50	0g)	Lechuga, pepino (max 50g) y oliva	as negras	Lechuga y tomate (max 5	0g)	Lechuga, tomate (max 50g) y oliv	as negras	Champiñones	
Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural	
LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
								DIA DE LA TOLERAN	CIA
Espirales con queso		Arroz con alcachofas		Judía verde (max 50g) con patata oliva	y aceite de	Col con patata		Espirales con dados de ca	labacín
Lomo al horno		Filete de merluza al horno	0	Lomo al horno		Tortilla francesa		Bistec de pollo al hor	no
Lechuga y olivas negras		Champiñones		Lechuga y tomate (max 5	0g)	Lechuga y olivas negras		Lechuga y pepino (max	50g)
Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural	
LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES DIA DE LOS DERECHOS DE LO	20	JUEVES	21	VIERNES	22
				DIA DE LOS DERECHOS DE LO	22 MINO2				
Coliflor i patata con aceite de	e oliva	Espirales con queso		Arroz con aceite y orega	no	Brocoli con patata		Macarrones con dados de o	calabacín
Pollo rebozado con harina de	e maiz	Bacalao al horno		Tortilla de calabacin (s/ceb	olla)	Pollo asado al horno		Filete de merluza al ho	orno
Lazos aliñados con aceite de	e oliva	Lechuga y tomate (max 50	g)	Lechuga y olivas negra	s	Lechuga y pepino (max 50	)g)	Lechuga y olivas neg	ras
Yogurt natural		Yogurt natural	Sept.	Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural	
LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
Acelgas con patata		Macarrones con queso		Espirales con champiñor	ies	Crema de brócoli, cebolla y p	atata	Arroz con alcachofa	ıs
Dados de ternera en su ju	ıgo	Pavo al horno		Filete de merluza al horr	10	Jamoncitos de pollo al hor	no	Revuelto de queso	
Lechuga y tomate (max 50	0g)	Variedad de lechugas		Lechuga y olivas negra	s	Calabacín al horno		Lechuga y pepino (max	50g)
Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural		Yogurt natural	









NO CLARA DE HUEVO, PLV, LACTOSA







LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8
LUNES	7	MARTES	<u> </u>	MILICOLLS	U	JOLYLS	-	VILINES	0
				Macarrones (sin huevo) con aceite	de oliva v				
Arroz con salsa de tomate caser	ero	Lentejas guisadas con verdu	ıritas	oregano	, ,	Garbanzos con patata y aceite	de oliva	Brócoli con patata y aceite	de oliva
Filete de abadejo al horno		Salchichas de pavo al hor	no	Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al hor	rno	Filete de merluza con salsa o	le tomate
Lachuga, maiz y zanahoria		Lechuga, pepino y olivas	5	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	s	Champiñones	
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ia	Fruta de temporada		Fruta de temporada	
				Yogurt de soja					
LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15
Espirales (sin huevo) al estilo itali	iano							DIA DE LA TOLERAN	CIA
(salsa de tomate casero)		Arroz con verduritas		Coliflor i patata con aceite de	oliva	Judias pintas guisadas		Sopa de verduritas (sin h	uevo)
Lomo al horno		Filete de merluza al horn	0	Lomo al horno		Lomo al horno	W. W. W.	Bistec de pollo al hor	no
Lechuga, olivas y soja		Mezcla de setas		Lechuga, tomate y maiz	:	Lechuga , olivas y soja	MAY	Lechuga, pepino y zana	horia
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22
				DIA DE LOS DERECHOS DE LO	S NIÑOS				
Judía verde con patata y aceite de	oliva	Lentejas guisadas con verdu	ıritas	Arroz con salsa de tomate ca	asero	Judias blancas guisadas	s	Sopa de caldo con pasta (si	n huevo)
Fingers de pollo		Bacalao al horno	- A	Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con p	oiña	Filete de merluza al ho	rno
Lazos (s/huevo) aliñados con aceite d	de oliva	Lechuga y zanahoria	MESTS.	Lechuga , olivas y soja		Lechuga, pepino y maiz	!	Variedad de ensalad	a
Fruta de temporada		Fruta de temporada	1	Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de temporada	
LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29
Downing on wetste		Macanana (sin busus) san salas		Caubannas aan wardwide	_	Cuama da huéasii ashalla		Arran 2 delfeies (muisembes met	bi-\
Borrajas con patata		Macarrones (sin huevo) con salsa	ue tomate	Garbanzos con verdurita		Crema de brócoli, cebolla y p		Arroz 3 delícies (guisantes, maí	
Lomo al horno		Pavo al horno		Filete de merluza al horn	0	Jamoncitos de pollo al hor	rno	Salchichas de pavo al h	orno
Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga , olivas y soja		Salsa de naranja y verdur	as	Lechuga, pepino y ma	aiz
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt de soja		Fruta de temporada		Fruta de temporada	1







#### **MENÚ NOVIEMBRE 2024**

Pan integral, las cremas con leche desnatada



RICO EN FIBRA, NO LACTEOS ENTEROS, ARROZ, PASTA BLANCA, PATATA







	LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8		
	Arroz integral con salsa de toma	te casero	Lentejas guisadas con verdur	itas (S)	Macarrones integrales con aceite oregano	de oliva y	Garbanzos con aceite de o	oliva	Brócoli con patata y aceite o	le oliva		
1	Filete de abadejo al horn	10	Tortilla de espinacas (H	)	Bacalao al horno		Jamoncitos de pollo al ho	rno	Albóndigas de ternera con salsa	de tomate		
	Lachuga, maiz y zanahori	ia	Lechuga, pepino y oliva	s	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	ıs	Champiñones			
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga, zanahoria y so	ja	Fruta de temporada		Fruta de temporada			
					Fruta de temporada							
	LUNES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15		
	Macarrones integrales al estilo	italiano							DIA DE LA TOLERANO	CIA		
1	(salsa de tomate casero)		Arroz integral con verduri	tas	Coliflor i patata con aceite de	e oliva	Judias pintas guisadas	·	Sopa de verduritas (sin p	asta)		
	Lomo al horno		Filete de merluza al horn	10	Lomo al horno		Tortilla a la francesa		Bistec de pollo al horn	0		
	Lechuga, olivas y soja		Mezcla de setas		Lechuga, tomate y mai:	2	Lechuga , olivas y soja		Lechuga, pepino y zanah	oria		
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada			
									Lechuga, pepino y zanahoria Fruta de temporada  VIERNES			
	LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22		
	Judía verde con aceite de o	liva	Lentejas guisadas con verdu	uritas	DIA DE LOS DERECHOS DE LO Arroz integral con salsa de toma		Judias blancas guisada	s	Sopa de caldo con pasta in	tegral		
	Pavo a la plancha		Bacalao al horno	Marie .	Tortilla de calabacin		Pollo asado al horno con	piña	Filete de merluza al hor	no		
	Macarrones integrales aliñados o de oliva	on aceite	Lechuga y zanahoria	MAN LEAD	Lechuga , olivas y soja	I	Lechuga, pepino y mai	z	Variedad de ensalada	1		
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada			
	LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29		
	Borrajas con aceite		Macarrones integrales con salsa	de tomate	Garbanzos con verdurita	as	Crema de brócoli, cebolla y	patata	Arroz integral 3 delícias (guisar zanahoria)	ntes, maíz,		
	Hamburguesa de ternera a la p	lancha	Pavo al horno		Filete de merluza al horr	10	Jamoncitos de pollo al ho	rno	Revuelto de jamón			
	Lechuga y zanahoria		Variedad de lechugas		Lechuga , olivas y soja	I	Salsa de naranja y verdu	ras	Lechuga, pepino y ma	iz		
	Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada		Fruta de temporada			



















LUNES	4	MARTES	5	MIERCOLES	6	JUEVES	7	VIERNES	8	
Arroz con salsa de tomate case	ero	Patatas guisadas amb verd (s/guisantes)	lures	Macarrones con aceite y o	regano	Arroz con aceite de oliva y o	regano	Brócoli con patata y aceite	de oliva	
Filete de abadejo al horno		Tortilla de espinacas		Filete de pavo a la plan	cha	Jamoncitos de pollo al ho	orno	Lomo al horno con salsa de	tomate	
Lachuga, maiz y zanahoria		Lechuga, pepino y oliva	ıs	Salsa de naranja		Lechuga, tomate y oliva	as	Champiñones		
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Lechuga y zanahori	a	Fruta de temporada		Fruta de temporada		
				Yogurt						
MARTES	11	MARTES	12	MIERCOLES	13	JUEVES	14	VIERNES	15	
Espirales al estilo italiano								DIA DE LA TOLERANO	CIA	
(salsa de tomate casero)		Arroz con verduritas (s/guis	antes)	Coliflor i patata con aceite	de oliva	Patatas guisadas (s/guisa	ntes)	Sopa de verduritas (s/guis	antes)	
Hamburguesa de coliflor y queso		Tortilla de patatas		Hamburguesa de coliflor y	queso	Tortilla de patatas	10 m	Bistec de pollo al hori	10	
Lechuga y olivas		Mezcla de setas		Lechuga, tomate y m	aiz	Lechuga y olivas	MP Y F	Lechuga, pepino y zanahoria		
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada		
Fiuta de temporada										
LUNES	18	MARTES	19	MIERCOLES	20	JUEVES	21	VIERNES	22	
				DIA DE LOS DERECHOS DE I	OS NIÑOS					
Acelgas con patata y aceite de o	oliva	Macarrones con verduritas (s/gu	uiasantes)	Arroz con salsa de tomate	casero	Patatas guisadas (s/guisa	ntes)	VIERNES 22  Sopa de caldo con pasta (s/guisantes, ni judías verdes)		
Pollo rebozado con pan rallad	do	Filete de pavo al horno		Tortilla de calabacio	ı	Pollo asado al horno con	piña	Lomo al horno en su ju	igo	
Lazos aliñados con aceite de ol	liva	Lechuga y zanahoria	ASSET.	Lechuga y olivas		Lechuga, pepino y mai	z	Variedad de ensalad	a	
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada		
LUNES	25	MARTES	26	MIERCOLES	27	JUEVES	28	VIERNES	29	
Borrajas con patata		Macarrones con salsa de to	omate	Patatas guisadas (s/guis	antes)	Crema de brócoli, cebolla y	patata	Arroz 3 delícias (maíz, zanahori	a, pimiento)	
Lomo al horno		Pavo al horno		Filete de pollo al hor	10	Jamoncitos de pollo al ho	orno	Revuelto con champiño	nes	
Lechuga y zanahoria		Variedad de lechuga		Lechuga y olivas		Salsa de naranja y verduras (s/g	juisantes )	Lechuga, pepino y ma	niz	
Fruta de temporada		Fruta de temporada		Yogurt		Fruta de temporada		Fruta de temporada		



