

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Crema de verduras Tortilla francesa Pan y fruta	4 Alubias blancas estofadas Abadejo con tomate Pan y fruta	5 Brócoli con patatas y pimentón Lomo adobado a la plancha Pan y fruta	6 Sopa de cocido con fideos Garbanzos estofados Pan y fruta	7 Arroz Abanda Merluza al horno con ajo y perejil Pan y fruta
10 Judías verdes al ajoarriero Hamburguesa mixta al horno Pan y fruta	11 Alubias pintas estofadas Contramuslo de pollo al horno Pan y fruta	12 Guiso de patatas con verdura Abadejo en salsa de zanahorias Pan y fruta	13 Macarrones con salsa de tomate Tortilla francesa Pan y fruta	14 Crema de verduras Merluza en su jugo Pan y fruta
17 Lentejas a la hortelana Abadejo al horno Pan y fruta	18 Coditos con tomate Tortilla francesa Pan y fruta	19 Crema de zanahoria Pechuga de pollo con verduras Pan y fruta	20 Sopa de cocido con fideos Garbanzos estofados Pan y fruta	21 Arroz con salsa de tomate natural Merluza en salsa verde Pan y fruta
24 Crema de calabaza Filete de jamón al horno con patatas Pan y fruta	25 Garbanzos estofados Fogonero al horno con salsa de tomate natural Pan y fruta	26 Sopa de letras Jamoncito de pollo al horno Pan y fruta	27 Alubias blancas estofadas Tortilla francesa Pan y fruta	28 Macarrones con salsa de tomate natural Merluza al horno con ajo y perejil Pan y fruta

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3 Crema de verduras Tortilla francesa con ensalada Pan y fruta	4 Alubias blancas estofadas Abadejo con tomate Pan y fruta	5 Brócoli con patatas y pimentón Lomo adobado a la plancha con patatas Pan y fruta	6 Sopa de cocido con fideos Garbanzos estofados Pan y fruta	7 Arroz Abanda Merluza al horno con ajo y perejil Pan y fruta
10 Judías verdes al ajoarriero Hamburguesa mixta al horno Pan y fruta	11 Alubias pintas estofadas Contramuslo de pollo al horno Pan y fruta	12 Guiso de patatas con verdura Abadejo en salsa de zanahorias Pan y fruta	13 Macarrones con salsa de tomate Tortilla francesa Pan y fruta	14 Crema de verduras Merluza en su jugo Pan y fruta
17 Lentejas a la hortelana Abadejo al horno Pan y fruta	18 Coditos con tomate Tortilla francesa Pan y fruta	19 Crema de zanahoria Pechuga de pollo con verduras Pan y fruta	20 Sopa de cocido con fideos Garbanzos estofados Pan y fruta	21 Arroz con salsa de tomate natural Merluza en salsa verde Pan y fruta
24 Crema de calabaza Filete de jamón al horno con patatas Pan y fruta	25 Garbanzos estofados Fogonero al horno con salsa de tomate natural Pan y fruta	26 Sopa de letras Jamoncito de pollo al horno Pan y fruta	27 Alubias blancas estofadas Tortilla francesa Pan y fruta	28 Macarrones con salsa de tomate natural Merluza al horno con ajo y perejil Pan y fruta

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
Crema de verduras	Alubias blancas estofadas	Brócoli con patatas y pimentón	Sopa de ave con fideos	Arroz abunda
Tortilla francesa de York	Abadejo con tomate	Lomo adobado al horno	Cocido completo	Merluza al horno con ajo y perejil
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
10-nov 10	11-nov 11	12-nov 12	13-nov 13	14-nov 14
Judías verdes rehogadas	Alubias pintas con arroz	Patatas guisadas con verduras	Macarrones con chorizo	Crema de verduras
Hamburguesa mixta al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Abadejo al horno con tomate	Tortilla francesa	Merluza en su jugo
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
17-nov 17	18-nov 18	19-nov 19	20-nov 20	21-nov 21
Lentejas a la hortelana	Coditos con tomate	Crema de zanahoria	Sopa de ave con fideos	Arroz en salsa de tomate natural
Abadejo al horno	Tortilla de patata	Pechuga de pollo al horno	Cocido completo	Merluza en su jugo
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
24-nov 24	25-nov 25	26-nov 26	27-nov 27	28-nov 28
Crema de calabaza	Garbanzos estofados	Sopa de letras	Alubias blancas estofadas	Macarrones en salsa de tomate natural
Filete de jamón al horno con patatas	Fogonero al horno con salsa de tomate natural	Contramuslo de pollo al horno	Tortilla francesa de York	Merluza al horno con ajo y perejil
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3	4	5	6	7
Crema de verduras	Alubias blancas estofadas	Brócoli con patatas y pimentón	Sopa de ave con fideos	Arroz Abanda
Tortilla francesa	Abadejo con tomate	Pechuga de pavo al horno	Garbanzos estofados	Merluza al horno con ajo y perejil
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
10-nov 10	11-nov 11	12-nov 12	13-nov 13	14-nov 14
Judías verdes al ajoarriero	Alubias pintas con arroz	Guiso de patatas con verduras	Macarrones con salsa de tomate	Crema de calabacín
Escalope de pollo al horno	Contramuslo de pollo al horno	Abadejo en salsa de puerros	Tortilla francesa	Calamares a la romana
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
17-nov 17	18-nov 18	19-nov 19	20-nov 20	21-nov 21
Lentejas a la hortelana	Coditos con tomate	Crema de zanahoria	Sopa de ave con fideos	Arroz con salsa de tomate
Abadejo al horno	Tortilla de patatas	Cordon bleu	Garbanzos estofados	Merluza en salsa verde
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
24-nov 24	25-nov 25	26-nov 26	27-nov 27	28-nov 28
Crema de calabaza	Garbanzos estofados	Sopa de letras	Alubias blancas estofadas	Macarrones con tomate
Pechuga de pavo al horno con patatas	Fogonero al horno con salsa de tomate	Contramuslo de pollo al horno	Tortilla francesa	Buñuelos de bacalao
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1

2

3

4

5

3

4

5

6

7

Crema de verduras
Tortilla francesa

Alubias blancas estofadas
Abadejo con tomate

Brócoli con patatas y pimentón
Pechuga de pollo al horno

Sopa de ave con fideos (sin
gluten ni huevo) Caldo natural
Garbanzos estofados

Arroz Abanda
Merluza al horno con ajo y
perejil

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

10

11

12

13

14

Judías verdes al ajoarriero
Cinta de lomo al horno

Alubias pintas con arroz
Jamoncito de pollo al horno

Guiso de patatas con verduras
Abadejo al horno

Pasta sin gluten ni huevo con
salsa de tomate
Tortilla francesa

Crema de verduras
Meruza en su jugo

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

17

18

19

20

21

Lentejas a la hortelana
Abadejo al horno

Patatas guisadas
Tortilla francesa

Crema de zanahoria
Pechuga de pollo al horno

Sopa de ave con fideos (sin
gluten ni huevo) Caldo natural
Garbanzos estofados

Arroz con salsa de tomate
Merluza en salsa verde

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

24

25

26

27

28

Crema de calabaza
Filete de jamón al horno con
patatas

Garbanzos estofados
Fogonero al horno con salsa
de tomate

Sopa de ave con fideos (sin
gluten ni huevo) Caldo natural
Contramuslo de pollo al horno

Alubias blancas estofadas
Tortilla francesa

Pasta sin gluten ni huevo con
salsa de tomate
Merluza al horno con ajo y
perejil

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

Pan y fruta

VIERNES

3	4	5	6	7
Crema de verduras	Alubias blancas estofadas	Bócoli con patatas y pimentón	Sopa de ave con fideos (sin gluten ni huevo) Caldo natural	Arroz Abanda
Tortilla francesa de york	Abadejo con tomate	Lomo adobado a la plancha	Cocido completo	Merluza al horno con ajo y perejil
Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta
10-nov 10	11-nov 11	12-nov 12	13-nov 13	14-nov 14
Judías verdes rehogadas	Alubias pintas con arroz	Patatas a la riojana	Pasta sin gluten ni huevo con salsa de tomate	Crema de calabacín
Hamburguesa mixta al horno	Jamoncitos de pollo al horno	Abadejo en salsa de puerros	Tortilla francesa	Merluza en su jugo
Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan y fruta
17-nov 17	18-nov 18	19-nov 19	20-nov 20	21-nov 21
Lentejas a la hortelana	Pasta sin gluten ni huevo con salsa de tomate	Crema de zanahoria	Sopa de ave con fideos (sin gluten ni huevo) Caldo natural	Arroz con salsa de tomate
Abadejo al horno	Tortilla de patata	Pechuga de pollo con verduras	Cocido completo	Merluza en salsa verde
Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta
24-nov 24	25-nov 25	26-nov 26	27-nov 27	28-nov 28
Crema de calabaza	Garbanzos estofados	Sopa de ave con fideos (sin gluten ni huevo) Caldo natural	Alubias blancas estofadas	Pasta sin gluten ni huevo con salsa de tomate
Filete de lomo adobado con patatas	Fogonero al horno con salsa de tomate	Contramuslo de pollo al horno	Tortilla francesa de york	Merluza al horno con ajo y perejil
Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta	Pan sin gluten y fruta

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Crema de verduras Tortilla francesa de York Pan y fruta	4 Alubias blancas estofadas Abadejo al horno Pan y fruta	5 Brócoli con patatas y pimentón Lomo adobado a la plancha Pan y fruta	6 Sopa de cocido con fideos Cocido completo Pan y fruta	7 Arroz c/zanahoria Merluza al horno con ajo y perejil Pan y yogur
10 Judías verdes con bacon Hamburguesa mixta al horno Pan y fruta	11 Alubias pintas con arroz sin tomate Jamoncito de pollo c/ mostaza y miel Pan y fruta	12 Patatas guisadas sin tomate Abadejo en salsa de puerros Pan y fruta	13 Macarrones con chorizo y zanahoria Tortilla francesa Pan y fruta	14 Crema de calabacín Calamares a la romana Pan y yogur
17 Lentejas a la hortelana sin tomate Albóndigas de pescado en salsa Pan y fruta	18 Coditos con salsa de verduras Tortilla de patata Pan y fruta	19 Crema de zanahoria Cordon bleu Pan y fruta	20 Sopa de cocido con fideos Cocido completo Pan y fruta	21 Arroz con champiñones Merluza en salsa verde Pan y yogur
24 Crema de calabaza Lomo adobado con patatas Pan y fruta	25 Garbanzos estofados sin tomate Fogonero al horno Pan y fruta	26 Sopa de letras Jamoncitos de pollo al horno Pan y fruta	27 Alubias blancas estofadas sin tomate Tortilla francesa de york Pan y fruta	28 Macarrones con verduras Buñuelos de bacalao Pan y yogur

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			##	3
03-nov 3	04-nov 4	05-nov 5	06-nov 6	07-nov 7
Crema de verduras Escalope de pollo con patatas	Alubias blancas estofadas abadejo con tomate	brócoli con patatas y pimentón Lomo adobado a la plancha	Sopa de ave con fideos (sin gluteni huevo) caldo natural Cocido completo	Arroz abanda Merluza al horno con ajo y perejil
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
10-nov 10	11-nov 11	12-nov 12	13-nov 13	14-nov 14
Alubias pintas con arroz Hamburguesa mixta al horno	judías verdes con bacon Contramuslo de pollo c/salsa de miel y mostaza	Lentejas estofadas abadejo en salsa de puerros	Pasta sin gluteni huevo con salsa de tomate Escalope de pollo con patatas	Crema de verduras Merluza en su jugo
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
17-nov 17	18-nov 18	19-nov 19	20-nov 20	21-nov 21
Patatas a la riojana Caballa en escabeche	Lentejas a la hortelana Filete de magro al horno	Crema de zanahoria Pechuga de pollo con verduras	Sopa de ave con fideos (sin gluteni huevo) caldo natural Cocido completo	Arroz con salsa de tomate natural Filete de merluza en salsa verde
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
24-nov 24	25-nov 25	26-nov 26	27-nov 27	28-nov 28
Crema de calabaza Filete de jamón al horno con patatas	Garbanzos estofados salmón horneado al eneldo	Sopa de ave con fideos (sin gluteni huevo) caldo natural Contramuslo de pollo al horno	Alubias blancas estofadas Escalope de pollo con patatas	Pasta sin gluteni huevo con salsa de tomate Merluza al horno con ajo y perejil
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

			##	3
03-nov 3	04-nov 4	05-nov 5	06-nov 6	07-nov 7
Crema de verduras	Alubias blancas estofadas	brócoli con patatas y pimentón	Sopa de cocido con fideos	Arroz con verduras
Tortilla francesa de york	Cinta de lomo al horno	Lomo adobado a la plancha	Cocido completo	Filete de ternera con patata panadera
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
10-nov 10	11-nov 11	12-nov 12	13-nov 13	14-nov 14
Alubias pintas con arroz	judías verdes con bacon	Lentejas estofadas	macarrones con chorizo	Crema de verduras
Hamburguesa mixta al horno	Contramuslo de pollo c/salsa de miel y mostaza	Pechuga de pollo al horno	Tortilla francesa	Pechuga de pollo al horno
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
17-nov 17	18-nov 18	19-nov 19	20-nov 20	21-nov 21
Patatas a la riojana	Lentejas a la hortelana	Crema de zanahoria	Sopa de cocido con fideos	Arroz con salsa de tomate natural
Ragout de ternera	Tortilla de patata	Cordón bleu	Cocido completo	Chuleta de sajonia a la gallega
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta
24-nov 24	25-nov 25	26-nov 26	27-nov 27	28-nov 28
Crema de calabaza	Garbanzos estofados	Sopa de letras	Alubias blancas estofadas	macarrones a la italiana
filete de magro en salsa de queso	Cinta de lomo al horno	Contramuslo de pollo al horno	Tortilla francesa de york	Pechuga de pollo al horno
Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta	Pan y fruta