



2023 octubre



lunes

martes

miércoles

jueves

viernes

02

ESPIRALES CON TOMATE
HAMBURGUESAS EN SALSA CON
VERDURITAS
FRUTA
PAN INTEGRAL
KCal. 929 H.C. 123 Lip. 37 P. 34

03

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS
SAN JACOBO
TOMATE FRESCO
FRUTA
PAN
KCal. 762 H.C. 109 Lip. 26 P. 24

04

LENTEJAS A LA CASTELLANA
TORTILLA DE PATATAS AL HORNO
ENSALADA CUATRO ESTACIONES
YOGUR
PAN
KCal. 820 H.C. 95 Lip. 36 P. 35

05

PURE DE CALABAZA
MERLUZA FRESCA A LA ROMANA
MAHONESA
FRUTA
PAN
KCal. 723 H.C. 71 Lip. 39 P. 25

06

ALUBIAS PINTAS
MUSLO DE POLLO ASADO CON
CHAMPIÑONES
FRUTA
PAN
KCal. 664 H.C. 92 Lip. 18 P. 40

09

PURE DE ZANAHORIA
MEDALLON DE MERLUZA A LA ROMANA
LECHUGA
FRUTA
PAN INTEGRAL
KCal. 712 H.C. 73 Lip. 37 P. 25

10

GARBANZOS CON ARROZ
TORTILLA DE PATATAS Y CALABACIN AL HORNO
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA
PAN
KCal. 837 H.C. 112 Lip. 34 P. 29

11

MACARRONES CON TOMATE
BROCHETA DE POLLO
PATATAS CHIPS
YOGUR
PAN
KCal. 935 H.C. 121 Lip. 37 P. 36

12

FIESTA

13

LENTEJAS CON PUERRO Y CALABAZA
BACALAO CON TOMATE
FRUTA
PAN
KCal. 782 H.C. 104 Lip. 24 P. 44

16

MENESTRA DE VERDURAS
ESCALOPE DE POLLO CON SALSA
AGRIDLUCY Y VERDURITAS ASIATICAS
FRUTA
PAN INTEGRAL
KCal. 728 H.C. 86 Lip. 27 P. 39

17

ARROZ CON TOMATE
HAMBURGUESAS EN SALSA CON
VERDURITAS
FRUTA
PAN
KCal. 925 H.C. 136 Lip. 32 P. 31

18

PURE DE COLIFLOR
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
ENSALADA CUATRO ESTACIONES
ACTIMEL
PAN
KCal. 618 H.C. 62 Lip. 31 P. 26

19

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS
TORTILLA DE PATATAS Y CHAMPIÑONES AL HORNO
ZANAHORIA RALLADA
FRUTA
PAN
KCal. 668 H.C. 89 Lip. 27 P. 24

20

GARBANZOS CON CALABAZA Y BERENJENA
EMPANADILLAS DE ATUN
LECHUGA
FRUTA
PAN
KCal. 938 H.C. 129 Lip. 37 P. 27

23

ACELGAS CON PATATAS
ALBONDIGAS EN SALSA CON
ZANAHORIAS
FRUTA
PAN INTEGRAL
KCal. 782 H.C. 76 Lip. 41 P. 31

24

ALUBIAS BLANCAS
PAELLA VEGETAL
FRUTA
PAN
KCal. 865 H.C. 158 Lip. 17 P. 29

25

PATATAS A LA RIOJANA
LOMO ADOBADO EMPANADO
TOMATE FRESCO
FRUTA
PAN
KCal. 803 H.C. 95 Lip. 31 P. 42

26

LENTEJAS
TORTILLA DE PATATAS AL HORNO
ZANAHORIA RALLADA
YOGUR
PAN
KCal. 793 H.C. 95 Lip. 33 P. 35

27

PURE DE CALABACIN
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
MAHONESA
FRUTA
PAN
KCal. 681 H.C. 75 Lip. 34 P. 24

30

CARACOLILLOS CON TOMATE
TORTILLA DE PATATAS AL HORNO
ENSALADA CUATRO ESTACIONES
FRUTA
PAN INTEGRAL
KCal. 938 H.C. 128 Lip. 40 P. 25

31

SOPA DE AVE Y COCIDO CON ESTRELLAS
MUSLO DE POLLO ASADO CON
CHAMPIÑONES
NATILLA DE VAINILLA
PAN
KCal. 581 H.C. 74 Lip. 18 P. 35

