

Menú Guadalajara Octubre 2021

Sin Lentejas - - Colegios Guadalajara

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				1 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
4 Estofado de Patatas con Verduras Salchichas Frescas al Vino Zanahorias al Ajillo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Fruta	5 Judías Blancas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa con Atún Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Lácteo	6 Macarrones Napolitana Salmón al Horno Pimientos Asados Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	7 Crema de Brócoli y Zanahoria Falafel de Garbanzos Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Carne + Lácteo	8 Arroz a Banda. Pollo Asado Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
11 Crema de Calabacín Albóndigas de Ternera a la Jardinera Patatas Dado en Guiso Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta	12 	13 Arroz con Tomate Tortilla Francesa de York Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	14 Fideuá de Verduras Palometa con Tomate Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	15 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
18 Puré de Judías Verdes y Zanahoria Lasaña Boloñesa Ensalada de Lechuga y Cebolla Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	19 Judías Pintas con Chorizo Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Carne + Fruta	20 Arroz con Verduras Jurel al Ajillo Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Ave + Lácteo	21 Sopa Castellana Escalope de Pollo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	22 Garbanzos Estofados con Verduras Limanda al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Arroz + Carne + Fruta
25 Pasta con Tomate Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Crema de Coliflor Cinta de Lomo al Horno Patatas Panadera Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Pescado + Lácteo	27 Marmitako de Salmón Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	28 Paella de Marisco Rotti de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	29 Sopa de Cocido Cocido Completo Repollo Rehogado Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Ave + Fruta

mediterránea