

EI ADELA ABRINES

Noviembre  
2025

No cerdo

Comida

| Lunes                                                                                        | Martes                                                                                               | Miércoles                                                                                                          | Jueves                                                                                               | Viernes                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                              |                                                                                                      |                                                                                                                    |                                                                                                      |                                                                                                                              |
| 3<br><br>Macarrones con tomate<br><u>Merluza al horno</u><br>Patatas<br>Fruta<br>Pan         | 4<br><br><u>Sopa de ave con fideos - especial</u><br><u>Cocido completo - dietas</u><br>Fruta<br>Pan | 5<br><br>Crema de zanahoria ecológica<br>Tortilla de patata casera<br>Ensalada verde<br>Fruta<br>Pan               | 6<br><br>Brócoli rehogado<br>Abadejo rebozado<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta<br>Pan                 | 7<br><br>Lenteja con arroz integral<br>Salchichas de pollo frescas<br>Ensalada de colores<br>Yogur natural<br>Pan integral   |
|                                                                                              | 11<br><br>Lentejas con verduras<br>Merluza en salsa de calabacín<br>Fruta<br>Pan                     | 12<br><br>Patatas guisadas con verduras<br>Escalope de pollo<br>Ensalada verde<br>Fruta<br>Pan                     | 13<br><br>Crema de calabaza<br>Palometa con tomate<br>Fruta<br>Pan                                   | 14<br><br>Alubias pintas con arroz<br>Tortilla francesa casera<br>Ensalada de lechuga<br>Yogur natural<br>Pan integral       |
| 17<br><br>Puré de verdura ecológico<br>Caballa<br>Ensalada de lechuga<br>Fruta<br>Pan        | 18<br><br><u>Sopa de ave con fideos - especial</u><br><u>Garbanzos con fritada</u><br>Fruta<br>Pan   | 19<br><br>Arroz con tomate<br>Ragout de pollo a la cazadora<br>Fruta<br>Pan                                        | 20<br><br>Brócoli rehogado<br><u>Tortilla francesa casera</u><br>Ensalada de colores<br>Fruta<br>Pan | 21<br><br>Alubias blancas estofadas<br>Merluza al horno<br>Ensalada verde<br>Yogur natural<br>Pan integral                   |
| 24<br><br>Lentejas con verduras<br><u>Delicias de pavo</u><br>Ensalada verde<br>Fruta<br>Pan | 25<br><br>Macarrones con tomate<br>Merluza rebozada<br>Ensalada del tiempo<br>Fruta ecológica<br>Pan | 26<br><br>Judías verdes rehogadas con patatas<br>Tortilla francesa con pavo<br>Ensalada de colores<br>Fruta<br>Pan | 27<br><br>Paella de verdura<br>Salmón en salsa de verdura<br>Fruta<br>Pan                            | 28<br><br>Alubias pintas con verduras<br>Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras<br>Yogur natural<br>Pan integral |

(\*) Los platos resaltados en subrayado son la alternativa al menú basal.