

EI ADELA ABRINES

Noviembre

No huevo, leguminosa

Comida

2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3	4	5	6	7
<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Lacón al horno Patatas Fruta de temporada Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Fruta de temporada Pan blanco	Crema de zanahoria ecológica <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco	Brócoli rehogado <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco	<u>Arroz con tomate</u> <u>Delicias de pavo</u> Ensalada de colores Yogur natural Pan integral
	11	12	13	14
	Sopa arroz - dietas Merluza en salsa de calabacín Fruta de temporada Pan blanco	Patatas guisadas con verduras <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco	Crema de calabaza Palometa con tomate Fruta de temporada Pan blanco	<u>Arroz con champiñones</u> <u>Pechuga de pavo a la plancha</u> Ensalada de lechuga Yogur natural Pan integral
17	18	19	20	21
<u>Puré de verdura - dietas</u> Caballa Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Fruta de temporada Pan blanco	Arroz con tomate Ragout de pollo a la cazadora Fruta de temporada Pan blanco	Brócoli rehogado <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco	<u>Patatas con calabacín y puerro</u> Merluza al horno Ensalada verde Yogur natural Pan integral
24	25	26	27	28
Patatas con calabacín y puerro <u>Lomo fresco a la plancha</u> Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo Fruta ecológica Pan blanco	<u>Verduras salteadas</u> <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco	Arroz con verduras - dietas Salmón en salsa de verdura Fruta de temporada Pan blanco	<u>Crema de calabacín</u> Contramuslo de pollo en salsa de tomate y verduras Yogur natural Pan integral

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

Festivo



100% Vegetal



Día especial