

EI GARCIA PITA

Noviembre

No carne, huevo, leche y derivados

Comida

2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
3	4	5	6	7
<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> <u>Merluza al horno</u> Patatas Fruta Pan	<u>Sopa arroz - dietas</u> <u>Garbanzos con fritada</u> Fruta Pan	Crema de zanahoria ecológica <u>Palometa al horno</u> Ensalada verde Fruta Pan	Brócoli rehogado <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada de lechuga Fruta Pan	Lenteja con arroz integral <u>Calabacín a la plancha</u> Ensalada de colores <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
	11	12	13	14
	Lentejas con verduras Merluza en salsa de calabacín Fruta Pan	Patatas guisadas con verduras <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada verde Fruta Pan	Crema de calabaza Palometa con tomate Fruta Pan	Alubias pintas con arroz <u>Arroz con champiñones</u> Ensalada de lechuga <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
17	18	19	20	21
Puré de verdura ecológico Caballa Ensalada de lechuga Fruta Pan	<u>Sopa arroz - dietas</u> <u>Garbanzos con fritada</u> Fruta Pan	Arroz con tomate <u>Abadejo al horno</u> Ensalada de lechuga Fruta Pan	Brócoli rehogado <u>Salmón al horno</u> Ensalada de colores Fruta Pan	Alubias blancas estofadas Merluza al horno Ensalada verde <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral
24	25	26	27	28
Lentejas con verduras <u>Patatas con calabacín y puerro</u> Ensalada verde Fruta Pan	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Ensalada del tiempo Fruta ecológica Pan	Judías verdes rehogadas con patatas <u>Abadejo al horno</u> Ensalada de colores Fruta Pan	Paella de verdura Salmón en salsa de verdura Fruta Pan	Alubias pintas con verduras <u>Crema de calabacín</u> <u>Yogur de soja natural</u> Pan integral

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

Festivo



100% Vegetal



Día especial