

EL ALFREDO LOPEZ

Octubre

No fresa, frutos secos, garbanzo

Comida

FUNDACION MONTENEGRO
ESUELAS INFANTILES

2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6	7	8	9	10
Puré de zanahoria Flamenquín Ensalada verde <u>Naranja</u> Pan blanco	Alubias pintas con verduras <u>Salmón al horno</u> Arroz integral <u>Manzana</u> Pan blanco	Brócoli salteado Tortilla de patata casera Ensalada de colores <u>Pera</u> Pan blanco	Arroz tres delicias Merluza en salsa de tomate y patatas Ensalada de lechuga <u>Plátano</u> Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> Yogur natural Pan integral
13	14	15	16	17
Puré de calabacín ecológico Albóndigas a la jardinera <u>Naranja</u> Pan blanco	<u>Patatas con verduras - dietas</u> Tortilla francesa casera Ensalada del tiempo <u>Manzana</u> Pan blanco	Sopa ave con fideos Merluza rebozada Ensalada de colores <u>Pera</u> Pan blanco	Lentejas con verduras Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada verde <u>Plátano</u> Pan blanco	Paella de verdura Salmón en salsa de naranja Yogur natural Pan integral
20	21	22	23	24
Judías verdes rehogadas con patatas Lacón al horno Patatas <u>Naranja</u> Pan blanco	Alubias blancas con arroz Daditos de bacalao Ensalada de lechuga <u>Manzana</u> Pan blanco	Crema de verdura Ragout de pollo a la cazadora <u>Pera</u> Pan blanco	Macarrones con tomate Merluza al horno Ensalada verde <u>Plátano</u> Pan blanco	Lentejas con verduras Tortilla de patata casera Ensalada del tiempo Yogur natural Pan integral
27	28	29	30	31
Arroz con tomate Tortilla francesa de caballa Ensalada de lechuga <u>Naranja</u> Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Pollo, ternera con patata y zanahoria</u> <u>Manzana</u> Pan blanco	Macarrones con tomate y queso Lomo adobado a la plancha Ensalada de colores <u>Pera</u> Pan blanco	Lentejas con chorizo Merluza en salsa de verdura Ensalada verde <u>Plátano</u> Pan blanco	Puré de calabaza ecológica <u>Pollo enharinado (harina de maíz)</u> Kétchup Natillas de vainilla Pan integral

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

■ Festivo
 ■ 100% Vegetal
 ■ Día especial