

EI ALFREDO LOPEZ

No garbanzo, huevo

Comida

FUNDACION MONTENAPOLIO
ESCUELAS INFANTILES

Octubre

2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6	7	8	9	10
Puré de zanahoria Flamenquín Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco	Alubias pintas con verduras <u>Salmón al horno</u> Arroz integral Fruta de temporada Pan blanco	Brócoli salteado <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco	<u>Arroz con maíz y zanahoria</u> Merluza en salsa de tomate y patatas 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> Yogur natural Pan integral
13	14	15	16	17
Puré de calabacín ecológico Albóndigas a la jardinera Fruta de temporada Pan blanco	<u>Patatas con verduras - dietas</u> <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada del tiempo Fruta de temporada Pan blanco	<u>Sopa de ave con pasta sin gluten</u> <u>Merluza enharinada (harina de maíz)</u> Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco	Lentejas con verduras Contramuslo de pollo a la plancha Ensalada verde Fruta de temporada 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 Fruta de temporada Pan blanco	Alubias blancas con arroz <u>Abadejo enharinado (harina de maíz)</u> Ensalada de lechuga Fruta de temporada Pan blanco	Crema de verdura Ragout de pollo a la cazadora Fruta de temporada Pan blanco	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Merluza al horno Ensalada verde Fruta de temporada Pan blanco	Lentejas con verduras <u>Contramuslo de pollo a la plancha</u> Ensalada del tiempo Yogur natural Pan integral
27	28	29	30	31
Arroz con tomate <u>Caballa</u> 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	<u>Macarrones con tomate sin gluten</u> Lomo adobado a la plancha Ensalada de colores Fruta de temporada Pan blanco	Lentejas con chorizo Merluza en salsa de verdura Ensalada verde Fruta de temporada 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.