

OCTUBRE	Semana del 1 al 5	Semana del 8 al 12	Semana del 14 al 19	Semana del 22 al 26	Semana del 29 al 31
<b>LUNES</b>	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y queso . Sopa de pescado . Tortilla de patatas . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y queso . Macarrones con tomate . Tortilla francesa con queso . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y queso . Espirales con tomate . Tortilla de patatas . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y queso . Arroz con tomate . Huevo revuelto/frito . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y queso . Espaguetti con tomate . Huevo revuelto calabac/puerr . Yogur natural
<b>MARTES</b>	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y tomate . Crema de zanahoria . Filetes de ternera empanado . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y tomate . Crema de calabacín  . Ternera con tomate . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y tomate . Puré de verduras . Limanda rebozada . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y tomate . Crema de calabaza . Ternera en salsa con cuscús . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de zanahoria y tomate . Crema de champiñones . Ternera estofada con verduras y patatas fritas . Yogur natural
<b>MIÉRCOLES</b>	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verdura . Salmón empanado . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verdura . Limanda rebozada . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verduras . Garbanzos con ternera o pollo . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verdura . Salmón empanado . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y tomate . Puré de verdura  . Bacalao con tomate . Fruta y yogur natural
<b>JUEVES</b>	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Puré de verdura . Pollo a la plancha/ajo y perj . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Puré de verdura . Pollo en pepitoria con cuscús . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Puré de verdura . Pollo con tomate . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y zanahoria . Puré de verdura . Pollo asado con patat/asada . Yogur natural	
<b>VIERNES</b>	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manza. . Puré de verdura . Bacalao rebozado  . Yogur natural	<b>F I E S T A</b>	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manza. . Puré de verdura . Paella de verduras, pollo y pescado . Yogur natural	. Zumo de fruta . Ensalada de lechuga y manza. . Puré de verdura . Merluza rebozada con ajo/perj  . Yogur natural	

OCTUBRE	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Desayunos</b>	. Zumo de fruta Leche sola/eko y galleta/cereal	. Zumo de fruta Leche sola o eko pan y aceite	. Zumo de fruta Leche sola o eko/pan manteq	. Zumo de fruta Leche sola o eko pan y aceite	. Zumo de fruta Leche sola o eko/gallt manteq
<b>Meriendas</b>	. Fruta Leche con cereales infla/gallet	. Papilla de fruta y yogur natural	. Fruta Leche con cereales infla/gallet	. Papilla de fruta y yogur natural	. Fruta Leche con cereales infla/gallet

**ESTE MENÚ LO PUEDE ADAPTAR EL EDUCADOR (PIDIENDO MÁS PURÉS O ALIMENTOS SÓLIDOS) EN FUNCIÓN DEL GRUPO DE NIÑOS QUE TENGA**

Aceite de los desayunos y meriendas: oliva virgen.

OCTUBRE	Semana del 1 al 5	Semana del 8 al 12	Semana del 14 al 19	Semana del 22 al 26	Semana del 29 al 31
<b>LUNES</b>	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Sopa de pescado . Tortilla de patatas . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Macarrones con tomate . Tortilla francesa con queso . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Espirales con tomate . Tortilla de patatas . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Arroz c/tomate frito y huevo frito . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y queso . Espaguetis con tomate . Huevo revuelto con calabacín y puerros . Fruta y leche
<b>MARTES</b>	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Crema de zanahoria . Filete de ternera empanado . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Crema de calabacín . Ternera con tomate . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Puré de verdura . Limanda rebozada . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Crema de calabaza . Ternera en salsa con cuscús . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Crema de champiñones . Ternera estofada con verduras y patatas fritas . Fruta y leche
<b>MIÉRCOLES</b>	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Lentejas estofadas c/verdura . Salmón empanado . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Judías blancas estofadas con verduras . Limanda rebozada ajo/perj . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Sopa de cocido con fideos . Cocido de garbanzos con verd. ternera y pollo . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Lentejas estofadas con verduras . Salmón empanado . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas . Potaje de garbanzos/verdura  . Bacalao con tomate . Fruta y yogur natural
<b>JUEVES</b>	. Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate . Acelgas rehogadas con patata . Pollo a la plancha con ajo y perejil con pat. fritas . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Menestra de verduras . Pollo en pepitoria con cuscús . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria y tomate . Repollo rehogado con patata. . Pollo con tomate . Fruta y leche	. Ensalada de lechuga, zanahoria, tomate . Judía verdes rehogadas/patata . Pollo asado con patatas asadas . Fruta y leche	
<b>VIERNES</b>	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Potaje de garbanzos/verdura . Bacalao rebozado . Fruta y yogur natural	<b>F I E S T A</b>	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Paella de verduras, pollo y pescado . Fruta y yogur natural	. Ensalada de lechuga, tomate y manzana . Judías pintas estof. verd. . Merluza rebozada con ajo/prj . Fruta y yogur natural	

OCTUBRE	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Desayunos</b>	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko y galleta/cereal	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko pan tomat aceite	. Zumo de naranja natural Leche sola o eko/pan manteq	. Zumo de naranja natural Leche sola o eko pan y aceite	. Zumo de naranja natural Leche sola/eko pan tomat aceite
<b>Meriendas</b>	. Fruta Leche y pan mantequilla	. Fruta Yogur natural y galletas/cereal	. Fruta Leche con pan con aceite	. Fruta Pan con queso	. Fruta Leche y pan mantequilla

Aceite de los desayunos y meriendas: oliva virgen.