

SIN HUEVO

OCTUBRE 2018

LUNES 1	MARTES 2	MIÉRCOLES 3	JUEVES 4	VIERNES 5
Patatas con choco San jacobó Judías verdes Pan Fruta fresca	Lentejas con verduras Salchichas de pollo al vino Tomate aliñado Pan Yogurt	Fideos a la cazuela (sin huevo) Merluza a la marinera Menestra Pan Yogurt	Arroz con tomate Pechuga de pollo alicantina Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca	Berza gaditana Lenguado en salsa alicantina Zanahorias salteadas Pan Fruta fresca
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	
Garbanzos con calabaza Fogonero con tomate Champiñones salteados Pan Fruta fresca	Sopa de fideos (sin huevo) Albóndigas de pollo en salsa Zanahorias salteadas Pan Fruta fresca	Arroz con pollo Lenguado a la marinera Tomate aliñado Pan Yogurt	Macarrones napolitana (sin huevo) Carne de cerdo mechada en salsa Ensalada de maíz Pan Yogurt	
LUNES 15	MARTES 16	MIÉRCOLES 17	JUEVES 18	VIERNES 19
Paella Salchichas de pollo al vino Ensalada de tomate Pan Fruta fresca	Patatas con ternera Merluza en salsa alicantina Menestra Pan Yogurt	Lentejas estofadas Carne de cerdo mechada en salsa Calabacines salteados Pan Yogurt	Crema de verduras Pollo asado Patatas dados Pan Fruta fresca	Espaguetis napolitana (sin huevo) Bacalao ajoarriero Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca
LUNES 22	MARTES 23	MIÉRCOLES 24	JUEVES 25	VIERNES 26
Alubias con verduras Varitas de merluza Ensalada de maíz Pan Fruta fresca	Fideos a la marinera (sin huevo) Lagrimitas de pollo en salsa Judías verdes Pan Fruta fresca	Sopa de verduras con arroz Caella en amarillo Patatas panaderas Pan Yogurt	Crema de puerros Lomo adobado a la plancha Zanahorias salteadas Pan Yogurt	Puchero de garbanzos Lenguado en salsa alicantina Tomate aliñado Pan Fruta fresca
LUNES 29	MARTES 30	MIÉRCOLES 31		
Macarrones boloñesa (sin huevo) Merluza a la marinera Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca	Lentejas con verduras Pechuga de pollo alicantina Menestra Pan Yogurt	Arroz a la marinera Hamburguesa de pollo plancha Ensalada de tomate Pan Yogurt		

Menú revisado por Lourdes Casado Osuna · Diplomada en Nutrición Humana y Dietética · Nº Socio ADUNDA AND-00221