

Menú Octubre 09

Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes

			1 Macarrones con atún, tomate y queso Rollitos de pavo con ensalada Melón Pan integral	2 Lentejas Rosada con ensalada Plátano Pan blanco
5 Crema de calabacín Contramuslo de pollo con patatas cocidas Pera Pan integral	6 Cazuela de fideos con gambas y mejillones Filete de gallo al horno con ensalada Manzana Pan blanco	7 Potaje de judías Tortilla de calabacín con ensalada de tomate Yogurt desnatado Pan integral	8 Espaguetis con tomate y queso Rollitos de jamón con ensalada Plátano Pan blanco	9 Sopa de picadillo Escolar con ensalada Melón Pan blanco
12	13 Puchero Bonito con tomate con arroz hervido Manzana Pan integral	14 Crema de verduras Pizza Yogurt desnatado Pan blanco	15 Macarrones integrales con tomate y queso Cinta de lomo con ensalada Pera Pan integral	16 Puré de lentejas Tortilla de patatas con ensalada de tomate Plátano Pan blanco
19 Crema de tomate con queso Rape al horno con verduras rehogadas Melón Pan integral	20 Potaje de judías Tortilla de jamón cocido con ensalada de tomate Plátano Pan blanco	21 Espirales con carne picada, tomate y queso Ensalada mixta con atún Yogurt desnatado Pan integral	22 Sopa de pescado Magro con tomate y patatas Pera Pan blanco	23 Arroz caldoso con pollo Rosada con ensalada Manzana Pan blanco
26 Crema de calabaza Filete de gallo con bolitas de patata Plátano Pan blanco	27 Macarrones con tomate y queso Rollitos de jamón con ensalada Pera Pan integral	28 Potaje de garbanzos Rabas de calamar con ensalada Yogurt desnatado Pan blanco	29 Sopa de fideos Cinta de lomo adobada con ensalada Manzana Pan integral	30 Lentejas con arroz Tortilla francesa con ensalada de tomate Melón Pan blanco