

OCTUBRE

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE: **aramark**

COLEGIO: NO LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2 LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y MAIZ PAN/ FRUTA	3 CREMA DE GUISANTES TORTILLA FRANCESA CON LECHUGA Y OLIVAS NEGRAS PAN/ FRUTA	4 ACELGA Y PATATA REHOGADAS PASTA CON TOMATE PAN/ FRUTA	5 ARROZ NAPOLITANA POLLO ASADO AL ROMERO CON LECHUGA Y TOMATE PAN/ YOGUR SIN LACTOSA	6 FIDEUA ESTOFADO DE TERNERA PAN/ FRUTA
9 VERDURA TRICOLOR HUEVOS REVUELTOS CON CHORIZO CON LECHUGA Y MAIZ PAN/ FRUTA	10 GARBANZOS ESTOFADOS RAPE AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA PAN/ FRUTA	NO LECTIVO	FESTIVO	NO LECTIVO
16 PASTA SALTEADA CON VERDURITAS TORTILLA DE ATUN CON LECHUGA Y TOMATE PAN/ FRUTA	17 CREMA DE CALABACIN PINCHO MORUNO CON ARROZ COCIDO PAN/ FRUTA	18 ALUBIAS BLANCAS ESTOFADAS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON LECHUGA Y MAIZ PAN/ FRUTA	19 JUDÍA VERDE Y PATATA REHOGADAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON ENSALADA HORTELANA PAN/ YOGUR SIN LACTOSA	20 ARROZ MIXTO DE VERDURAS Y CARNE FILETE DE MERLAN REBOZADO CON LECHUGA Y ZANAHORIA PAN/ FRUTA
23 CODITOS REHOGAADS CHULETA DE AGUJA A LA PLANCHA CON LECHUGA Y ZANAHORIA PAN/ FRUTA	24 GARBANZOS ESTOFADOS CON ARROZ ESPINACA Y HUEVO DURO FILETE DE PAVO A LA PLANCHA CON ENSALADA PRIMAVERA PAN/ FRUTA	25 ARROZ CON POLLO FILETE DE PALOMETA CON TOMATE PAN/ FRUTA	26 LENTEJAS ESTOFADAS TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA HORTELANA PAN/ YOGUR SIN LACTOSA	27 ACELGA Y PATATA REHOGADAS JAMONCITOS DE POLLO AL CHILINDRON CON ENSALADA TRICOLOR PAN/ FRUTA
30 JUDÍA VERDE Y PATATA REHOGADAS ALBÓNDIGAS CON JARDINERA DE CHAMPIÑONES PAN/ FRUTA	31 ARROZ CON POLLO AL CURRY MERLUZA AL HORNO VERDURAS SALTEADAS PAN/ FRUTA			



Visita nuestra web

www.elgustodecrecer.es

aramark