

MENÚ TARDOR-HIVERN

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Espaguetis integrals con salsa pesto Pollo rustido con hortalizas Postre: batido de plátano con zumo de naranja	Crema de calabaza y puerro Estofado de ternera con patatas Compota de pera	Patatas con acelgas hervidas Alubias estofadas con verduras y huevo duro (puerro, pimiento verde, tomate, zanahoria) Rodajas de naranja	Ensalada de lechuga, tomate y aceitunas Paella de marisco Triturado de manzana	Garbanzos y espinacas Merluza al horno y patatas Yogur natural
Sopa de pasta o sémola Tortilla de patata y cebolla con Ensalada Pera triturada	Brócoli salteado con patatas Pollo al horno Macedonia de frutas con zumo de naranja	Espaguetis integrals con pisto Albóndigas de ternera con salsa de tomate Manzana rallada con zumo de naranja	Cocido lentejas con verduras Filete de pescado blanco rebozado con ensalada Triturado de plátano con zumo de mandarina	Crema de calabacín y zanahoria Arroz con hortalizas y pollo Yogur natural
Macarrones integrals* a la boloñesa Croquetas de pollo con ensalada (lechuga y tomate) Manzana	Cuscús con verduras y hortalizas Revuelto de huevo con patata Compota de pera	Garbanzos con pisto Merluza estofada y ensalada Plátano	Arroz integral con salsa de tomate Ternera en salsa de champiñones Yogurt natural	Menestra de verduras Hamburguesa de pavo con patatas fritas Melocotón en almíbar
Judía verde y moniato hervido Tortilla de patatas y cebolla y ensalada Pera	Cocido de espinacas salteadas con ajo y garbanzos Hamburguesa de ternera Plátano	Crema de calabaza y puerro Paella de pescado y marisco Yogur natural	Pasta integral con salsa de calabaza Dorada al horno con ensalada de lechuga, zanahoria rallada y tomate Macedonia de frutas	Puré de patatas con salsa de tomate y gratinado Pollo rustido con hortalizas Rodajas de naranja

MENÚ TARDOR-HIVERN