

LUNES**MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES****NOVIEMBRE**

Vicente Salas Barrio
 Dietista y nutricionista
 Número de Colección Española
 de Dietistas Nutricionistas nº 247


DIA DE TODOS LOS SANTOS


1	2	3
Sopa de Ave con Arroz	Crema de Verduras	
Pollo Asado al limón con Champiñones y Pimiento Rojo	Hamburguesa de Ternera Plancha con Patatas Fritas	
Fruta de Temporada	Fruta de Temporada	

6	7	8	9	10
Crema de Lentejas	Pasta Carbonara con Bacon	Crema de Zanahoria con picatostes	Sopa de Pescado con Fideos	Paella Mixta
Tortilla Francesa con Ensalada (lechuga, tomate y pimiento verde)	Estofado de Cerdo con Hinojo y Tomate	Bacalao dado rebozado con Tomate	Albondigas Estofadas	Pechugas de Pollo plancha con Zanahoria y Champiñones
Fruta de Temporada	Yogur	Fruta de Temporada	Natillas de Vainilla	Fruta de Temporada

13	14	15	16	17
Pasta Boloñesa	Crema de Calabacín	Sopa con trocitos de Ternera	Crema de Judias Blancas	Crema de Verduras
Merluza al Horno con picada y dados de Calabaza	Muslitos de Pollo Finas Hierbas con Patata Panadera	Bullit de Huevo	Varitas de Merluza con Ensalada (lechuga, tomate y queso)	Canelones de Carne
Yogur	Fruta de Temporada	Yogur	Fruta de Temporada	Fruta de Temporada

20	21	22	23	24
Crema de Garbanzos	Crema de Zanahoria y Calabaza	Lasaña de Carne	Arroz a la Cubana con Huevo Hervido	Sopa de Ave Maravilla
Salchichas de Cerdo con Puré de Patata	Ragout de Ternera con Setas	Filete de Abadejo encbollado con Tomate Aliñado	Croquetas de Jamón con Ensalada (lechuga, tomate y maíz)	Pollo Asado en su jugo con Patata Panadera
Fruta de Temporada	Yogur	Fruta de Temporada	Natillas	Fruta de Temporada

27	28	29	30	
Crema de Verduras con Picatostes	Pasta con salsa de Tomate	Crema de Lentejas con Verduras	Sopa con J York	
Tortilla Francesa con Ensalada (lechuga, tomate y soja)	Bullit de Pescado	Nuggets de Ave con Tomate Aliñado	Estofado de Pavo	
Yogur	Fruta de Temporada	Yogur	Fruta de Temporada	

Nuestros menús incluyen todos los días Pan y la bebida será Agua.

