

# MENÚ MENSUAL basal



## LUNES

10-sep 05-nov	08-oct 03-dic
Potaje de lentejas con gofio	
Espaguetis a la boloñesa	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

17-sep 12-nov	15-oct 10-dic
Crema de calabaza y calabacín	
Muslo de pollo deshuesado con ensalada griega	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

24-sep 19-nov	22-oct 17-dic
Crema de espinacas	
Albóndigas a la jardinera con arroz blanco	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

01-oct 26-nov	29-oct
Potaje canario con gofio	
Muslo de pollo al horno y papas al ajillo	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

## MARTES

11-sep 06-nov	09-oct 04-dic
Crema de de temporada	
Jamoncitos al horno con papas al ajillo	
Helado, Pan blanco ó integral, Agua	

18-sep 13-nov	16-oct 11-dic
Potaje de berros con gofio	
Macarrones con tomate casero y salchichas	
Helado, Pan blanco ó integral, Agua	

25-sep 20-nov	23-oct 18-dic
Potaje de habichuelas con gofio	
Cordon blue con ensalada de frutas tropicales	
Helado, Pan blanco ó integral, Agua	

02-oct 27-nov	30-oct
Ensaladilla rusa	
Arroz con carne y guisantes	
Helado, Pan blanco ó integral, Agua	

## MIÉRCOLES

12-sep 07-nov	10-oct 05-dic
Sopa de letras	
Churros de merluza con ensalada mixta	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

19-sep 14-nov	17-oct 12-dic
Sopa de fideos	
Filete de fletan con mojo rojo y papas cocidas	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

26-sep 21-nov	24-oct 19-dic
Crema de zanahoria con calabaza	
Arroz marinero con potón, mejillones y pescado	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

03-oct 28-nov	31-oct
Sopa hortelana	
Tortilla española con cebolla y perejil y ensalada variada	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

## JUEVES

13-sep 08-nov	11-oct 06-dic
Crema de zanahoria y brócoli	
Lomo asado en salsa de piña con arroz blanco	
Lácteo, Pan blanco ó integral, Agua	

20-sep 15-nov	18-oct 13-dic
Crema cuatro estaciones con queso	
Pollo con salsa tropical y arroz vegetal	
Lácteo, Pan blanco ó integral, Agua	

27-sep 22-nov	25-oct 20-dic
Sopa de estrellitas	
Delicias de pollo con papas dado con aroma al cilantro y orégano	
Lácteo, Pan blanco ó integral, Agua	

04-oct 29-nov	01-nov
Potaje de judías blancas	
Macarrones a la napolitana con taquitos de jamón	
Lácteo, Pan blanco ó integral, Agua	

## VIERNES

14-sep 09-nov	12-oct 07-dic
Potaje de colinos con gofio	
Tortilla española con loncha de jamón de pavo	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

21-sep 16-nov	19-oct 14-dic
Ensalada de pasta	
Estofado de cerdo con papitas	
Fruta en almibar, Pan blanco ó integral, Agua	

28-sep 23-nov	26-oct 21-dic
Potaje de verdura del tiempo con gofio	
Macarrón concha con salsa de tomate y atún	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	

05-oct 30-nov	02-nov
Crema reina con queso	
Fogonero frito con papas cocidas y mojo verde	
Fruta, Pan blanco ó integral, Agua	