

# Noviembre 2019

| Lunes                                                                                                                         | Martes                                                                                                                     | Miércoles                                                                                                                                         | Jueves                                                                                                                     | Viernes                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4<br>1.- Arroz con salsa de tomate natural.<br>2.- Albondigas de pescado.<br>Fruta Temporada                                  | 5<br>1.- Crema de Zanahoria(zanahoria, cebolla y patata)<br>2.- Carne Guisada con patatas fritas<br>Yogur Natural          | 6<br>1.- Puré de calabacín.<br>2.- Tortilla de patata con salsa de tomate natural.<br>Fruta Temporada                                             | 7<br>1.- Sopa de cocido<br>2.- Garbanzos con compango, zanahoria y repollo)<br>Fruta Temporada                             | 8<br>1.- Potaje de judías verdes.<br>2.- Lubina al Horno con verduritas.<br>Fruta Temporada             |
| 11<br>1.- Guisantes rehogados c/jamón<br>2.- Albóndigas de pescado con tomate<br>Fruta Temporada                              | 12<br>1.- Crema de verduras (puerro, patata, zanahoria...)<br>2.- Salmon Plancha con puré de patata<br>Fruta Temporada     | 13<br>1.- Lentejas con arroz.<br>2.- Ensalada Mixta (lechuga, huevo duro, zanahoria, tomate, aceitunas)<br>Fruta Temporada                        | 14<br>1.- Potaje de verdura (judía, zanahoria, patata, cebolla.)<br>2.- Pavo al horno con dados de patata<br>Yogur Natural | 15<br>1.- Pasta con pisto<br>2.- Abadejo al horno con verduritas asadas.<br>Fruta Temporada             |
| 18<br>1.- Crema de espinacas (espinacas, cebolla, zanahoria, patata)<br>2.- Tortilla de coliflor y patata.<br>Fruta Temporada | 19<br>1.- Macarrones con pisto.<br>2.- Lenguado a la plancha con ensalada de lechuga y tomate.<br>Yogur natural            | 20<br>1.- Menestra verduras (pimiento, ajo, puerro, cebolla y zanahoria)<br>2.- Lomo de cerdo al horno con verduritas y arroz.<br>Fruta Temporada | 21<br>1.- Alubias pintas estofadas<br>2.- Albóndigas de Bacalao.<br>Fruta del tiempo                                       | 22<br>1.- Potaje de acelgas con patata y zanahoria.<br>2.- Pollo al horno con arroz.<br>Fruta Temporada |
| 25<br>1.- Arroz a la cubana (huevo y pisto)<br>2.- Ensalada mixta (lechuga, tomate, zanahoria y cebolla)<br>Fruta Temporada   | 26<br>1.- Crema calabacín, puerro y patata.<br>2.- Calamares guisados con arroz (cebolla, ajo y pimiento)<br>Yogur natural | 27<br>1.- Fabada asturiana con compango.<br>2.- Ensalada de lechuga y tomate.<br>Fruta Temporada                                                  | 28<br>1.- Crema de calabaza y patata.<br>2.- Carne guisada con verduritas y arroz.<br>Fruta Temporada                      | 29<br>1.- Lentejas estofadas<br>2.- Pescadilla al horno con tomate asado.<br>Fruta Temporada            |