

Menú Octubre

COLEGIO PÚBLICO EL TRUÉBANU

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

		1 1.ENSALADA 2.FABADA 3.FRUTA FRESCA	2 1.SOPA DE POLLO 2.HAMBURGUESA A LA PLANCHA* 3.FRUTA FRESCA	3 1.PATATAS A LA RIOJANA 2.PESCADO FRESCO* 3. FRUTA FRESCA
6 1.LENTEJAS ESTOFADAS 2.TORTILLA DE CHORIZO 3.FRUTA FRESCA	7 1.CREMA DE VERDURAS 2.SALMÓN A LA PLANCHA* 3.FRUTA FRESCA	8 FESTIVO LOCAL	9 1.ENSALADA MIXTA 2.POLLO GUISADO 3.FRUTA FRESCA	10 1.PAELLA 2.PESCADO FRESCO* 3.FRUTA FRESCA
13 FESTIVO	14 1.ENSALADA 3.ARROZ A LA CUBANA 2. FRUTA FRESCA	15 1.SOPA 2.GARBANZOS 3FRUTA FRESCA	16 1.MENESTRA 2. PIZZA CASERA* 3.FRUTA FRESCA	17 1.ENSALADA DE PASTA 2.PESCADO FRESCO* 3.FRUTA FRESCA
20 1.ESPAGUETIS 2. REVUELTO CHAMPIÑONES* 3..FRUTA FRESCA	21 AMAGÜESTU	22 1. CREMA DE VERDURAS 2. CARNE GUISADA* 3.FRUTA FRESCA	23 1.ENSALADA 2.NEGRITOS CON ARROZ 3.NATILLAS CASERAS	24 1.ENSALADILLA 2.PESCADO FRESCO* 3.FRUTA FRESCA
27 1.ENSALADA 2.ARROZ A LA CUBANA 3.FRUTA FRESCA	28 1.CREMA DE VERDURAS 2.FRITOS DE BACALAO* 3.FRIUTA FRESCA	29 1. ENSALADA 2. POTE ASTURIANO 3.FRUTA FRESCA	30 MENÚ HALLOWEEN	31 1.MACARRONES 2.PESCADO FRESCO* 3.FRUTA FRESCA

TODOS LOS MENÚS VAN ACOMPAÑADOS DE PAN (LOS MARTES Y VIERNES ES INTEGRAL) .EL AGUA ES DEL GRIFO, SERVIDO EN JARRA DE METAL

LA PASTA ES INTEGRAL

LA FRUTA ES DE TEMPORADA Y LOS POSTRES SON CASEROS

EL PESCADO FRESCO SUELE SER: PARROCHA, BOCARTE O MIRLOTO.

ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA PARA ENSALADAS Y ACEITE DE OLIVA VIRGEN PARA FREIR Y COCINAR

LAS SALSAS DE TOMATE, LAS PIZZAS Y LAS LASAÑAS SON CASERAS

LOS MENÚS ESTÁN DISEÑADOS POR LA ESTRATEGIA NAOS Y REVISADOS POR PERSONAL CUALIFICADO.

*ACOMPAÑADO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE