

COMEDOR MES DE OCTUBRE DE 2020

Fecha	Menú
Jueves 1	Crema de calabacín. Merluza con arroz. Fruta.
Viernes 2	Menestra de verduras. Pechuga de pollo con patatas. Fruta.
Lunes 5	Lentejas con verduras. Bacalada con ensalada. Fruta.
Martes 6	Macarrones con verduras. Filete de ternera con tomate y piña. Fruta.
Miércoles 7	Guisantes salteados. Filete de lenguado con ensalada. Arroz con leche casero.
Jueves 8	Ensalada mixta. Arroz blanco con huevo y salsa de tomate casera. Fruta.
Viernes 9	Crema de espinacas y zanahoria. Albóndigas con patatas. Fruta.
Martes 13	Arroz guisado. Escalopines con tomate y piña. Fruta.
Miércoles 14	Negritos con arroz. Ensalada mixta. Fruta.
Jueves 15	Crema de puerros, zanahoria y espinacas. Tortilla de bonito. Fruta.
Viernes 16	Ensalada de judías verdes, patata y zanahoria. Pescado con patata hervida. Yogur natural.
Lunes 19	Ensalada de pasta. Pavo con patata hervida. Fruta.
Martes 20	Guisantes salteados. Pescado de temporada con arroz. Fruta.
Miércoles 21	Sopa de verduras y fideos. Cocido de garbanzos. Flan casero.
Jueves 22	Arroz con pollo. Tortilla de calabacín con ensalada. Fruta.
Viernes 23	Potaje. Rollitos de jamón york y queso. Fruta.
Lunes 26	Patatas guisadas con verduras variadas. Pescado con tomate y piña. Fruta.
Martes 27	Ensalada de judías verdes, tomate y patata. Arroz blanco con huevo y salsa de tomate casera. Fruta.
Miércoles 28	Lentejas con verduras. Ensalada mixta. Fruta.
Jueves 29	Crema de calabacín. Anillas de calamar con ensalada. Fruta.
Viernes 30	Crema de verduras. Pollo asado con pimientos. Fruta.

