



MIRABAL

MENU MAYO

OVOLACTOVEGETARIANA



Semana 1

Lunes 03/05/2021

FESTIVO

Martes 04/05/2021

NO LECTIVO

Miércoles 05/05/2021

Crema de brócoli y zanahorias
Falafel. Salteado de verduras
Fruta

Jueves 06/05/2021

Coditos con tomate
Hamburguesa de verduras con batata al horno. Guisantes con cebolla
Fruta

Viernes 07/05/2021

Sopa de verduras
Garbanzos especiados. Repollo con pimentón.
Fruta/ Yogur

Semana 2

Lunes 10/05/2021

Paella de verduras
Pisto con garbanzos. Calabacín gratinado
Fruta

Martes 11/05/2021

Alubias blancas estofadas
Falafel tikka massala. Brócoli gallega
Fruta

Miércoles 12/05/2021

Crema de verduras
Trigo tierno con champiñones. Judias verdes salteadas
Fruta

Jueves 13/05/2021

Lentejas estofadas
Revuelto calabacín y cebolla, patata dado. Zanahorias al horno
Fruta

Viernes 14/05/2021

Macarrones napolitana
Hamburguesa de verduras. Champiñones con limón y cilantro
Fruta/ Yogur

Semana 3

Lunes 17/05/2021

Crema de calabaza y zanahoria
Falafel y arroz. Brócoli a la gallega
Fruta

Martes 18/05/2021

Alubia pinta estofadas
Tortilla francesa con ensalada. Berenjena al horno con cilantro
Fruta

Miércoles 19/05/2021

Espaguetis gratinados
Soja texturizada al curry. Zanahorias y guisantes
Fruta

Jueves 20/05/2021

Garbanzos estofados
Hamburguesa de verduras. Repollo con pimentón
Fruta

Viernes 21/05/2021

Jacket potatoes vegetarianas
Quinoa con verduras. Coliflor rehogada
Fruta/ Yogur

Semana 4

Lunes 24/05/2021

Rollitos de primavera
Berenjenas parmesana con albahaca. Judías verdes salteadas
Fruta

Martes 25/05/2021

Lentejas estofadas
Tortilla de patata con ensalada. Brócoli al ajillo.
Fruta

Miércoles 26/05/2021

Crema de zanahoria y puerro
Hamburguesa de verduras con ensalada. Guisantes salteados
Fruta

Jueves 27/05/2021

Sopa de verduras con fideos(no carne)
Garbanzos con pisto. Calabacín plancha.
Fruta

Viernes 28/05/2021

Macarrones con salsa napolitana
Soja texturizada con zanahorias baby. Salteado de verduras
Fruta/ Yogur

Semana 5

Lunes 31/05/2021

Crema de calabacín
Quinoa con verduras. Coliflor rehogado
Fruta

Martes 01/06/2021

Miércoles 02/06/2021

Jueves 03/06/2021

Viernes 04/06/2021