



MIRABAL

MENU NOVIEMBRE

NO LACTOSA



Semana 1

Lunes 01/11/2021

FESTIVO

Martes 02/11/2021

Crema de calabacín
Ragout de ternera con patatas
Fruta

Miércoles 03/11/2021

Alubia pinta estofadas
Tortilla con jamón y ens. de tomate
Fruta

Jueves 04/11/2021

Arroz con tomate y salchichas
Halibut encebollado con zanahorias
Fruta

Viernes 05/11/2021

Judías verdes con jamón
Pollo estilo canario con patatas
Fruta/ Yogur sin lactosa

Semana 2

Lunes 08/11/2021

Macarrones con tomate
Bacalao al horno con ajo y perejil
Fruta

Martes 09/11/2021

FESTIVO

Miércoles 10/11/2021

Arroz cuatro delicias
Merluza con pisto
Fruta

Jueves 11/11/2021

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta

Viernes 12/11/2021

Crema de verduras
Cerdo asado en adobo con arroz
Fruta/ Yogur sin lactosa

Semana 3

Lunes 15/11/2021

Arroz con tomate
Merluza en salsa de azafrán y guisantes
Fruta

Martes 16/11/2021

Crema de calabaza y zanahoria
Pollo plancha y batata
Fruta

Miércoles 17/11/2021

Alubias blancas estofadas con jamón
Tortilla de patata con ensalada
Fruta

Jueves 18/11/2021

Macarrones con tomate
Cazuela de atún con verduras
Fruta

Viernes 19/11/2021

Sopa de verduras con fideos
Albóndigas de pollo en salsa con patatas
Fruta/ Yogur sin lactosa /Helado vegano

Semana 4

Lunes 22/11/2021

Paella de verduras
Atún encebollado con zanahorias baby
Fruta

Martes 23/11/2021

Crema de brócoli y zanahorias
Pollo al limón con ensalada de tomate
Fruta

Miércoles 24/11/2021

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta

Jueves 25/11/2021

Coditos a la italiana
Palometa a la gallega, ensalada
Fruta

Viernes 26/11/2021

Lentejas estofadas
Lomo sajonia plancha, patatas morunas
Postre Casero

Semana 5

Lunes 29/11/2021

Judías verdes rehogadas
Filete pavo plancha y patatas
Fruta

Martes 30/11/2021

Paella de pollo
Merluza plancha, lechuga y zanahoria
Fruta

Miércoles 01/12/2021

Jueves 02/12/2021

Viernes 03/12/2021