



MIRABAL

MENU OCTUBRE

NO PROTEINAS LECHE VACA (PLV)



A member of King's Group

Semana 1

Lunes 03/10/2022

Crema de zanahoria y puerro
Lomo sajonia plancha con patatas morunas
Fruta

Martes 04/10/2022

Alubias pintas estofadas
Tortilla patatas y calabacín , ensalada
Fruta

Miércoles 05/10/2022

Arroz a la milanesa NO QUESO
Palometa plancha, ens.de tomate
Fruta

Jueves 06/10/2022

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta

Viernes 07/10/2022

Tallarines salteados con verduras
MERLUZA PLANCHA con ensalada
Fruta/ Yogur SOJA

Semana 2

Lunes 10/10/2022

Coditos a la sorrentina NO QUESO
Lenguadina en salsa zanahoria y ensalada
Fruta

Martes 11/10/2022

Lentejas estofadas
Tortilla de patata con ensalada
Fruta

Miércoles 12/10/2022

Festivo
Festivo
Festivo

Jueves 13/10/2022

Arroz con calabaza cebolla y tomate
Merluza plancha, lechuga y zanahoria
Fruta

Viernes 14/10/2022

Guiso de garbanzos con jamon
Filete pavo a la italiana NO QUESO con patatas
Fruta/ Yogur SOJA

Semana 3

Lunes 17/10/2022

Crema de calabacín
Ternera salteada con verduras y patatas
Fruta

Martes 18/10/2022

Lentejas con chorizo
Pollo asado, ens. lechuga y maíz
Fruta

Miércoles 19/10/2022

Espaguetis boloñesa
Bacalao al horno con ajo y perejil
Fruta

Jueves 20/10/2022

Garbanzos estofados
Tortilla francesa con ensalada
Fruta

Viernes 21/10/2022

Paella de verduras
Merluza rebozada con ensalada
Fruta/ Yogur SOJA

Semana 4

Lunes 24/10/2022

Tallarines a la italiana
Merluza a la plancha con verduritas
Fruta

Martes 25/10/2022

Alubias blancas estofadas
Ragout de pavo con patatas
Fruta

Miércoles 26/10/2022

Crema de calabaza y zanahoria
Fajita de ternera, ens. tomate
Fruta

Jueves 27/10/2022

Arroz con pisto
Lenguadina con verduritas
Fruta

Viernes 28/10/2022

Sopa de cocido
Cocido completo
Fruta/ Yogur SOJA

Semana 5

Lunes 31/10/2022

FESTIVO
FESTIVO
FESTIVO

Martes 01/11/2022

Miércoles 02/11/2022

Jueves 03/11/2022

Viernes 04/11/2022