

Colegio Sagrado Corazón

SIN LECHE Y SIN MARISCO

OCTUBRE 2018

LUNES 1 Patatas con verduras Lagrimitas de pollo en salsa Judias verdes Pan Fruta fresca	MARTES 2 Lentejas con verduras Tortilla de patata Tomate aliñado Pan Lácteo de soja	MIERCOLES 3 Fideos a la cazuela Merluza a la marinera Menestra Pan Lácteo de soja	JUEVES 4 Arroz con tomate Pechuga de pollo alicantina Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca	VIERNES 5 Berza con verduras Lenguado en salsa alicantina Zanahorias salteadas Pan Fruta fresca
LUNES 8 Garbanzos con calabaza Fogonero con tomate Champiñones salteados Pan Fruta fresca	MARTES 9 Sopa de estrellitas Albóndigas de pollo en salsa Zanahorias salteadas Pan Fruta fresca	MIERCOLES 10 Arroz con pollo Lenguado a la marinera Tomate aliñado Pan Lácteo de soja	JUEVES 11 Macarrones napolitana Carne de cerdo mechada en salsa Ensalada de maíz Pan Lácteo de soja	
LUNES 15 Arroz con verduras Salchichas de pollo al vino Ensalada de tomate Pan Fruta fresca	MARTES 16 Patatas con verduras Merluza en salsa alicantina Menestra Pan Lácteo de soja	MIERCOLES 17 Lentejas con verduras Tortilla de atún Calabacines salteados Pan Lácteo de soja	JUEVES 18 Crema de verduras Pollo asado Patatas dados Pan Fruta fresca	VIERNES 19 Espaguetis napolitana Bacalao ajoarriero Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca
LUNES 22 Alubias con verduras Merluza en salsa alicantina Ensalada de maíz Pan Fruta fresca	MARTES 23 Crema de calabaza Lagrimitas de pollo en salsa Judias verdes Pan Fruta fresca	MIERCOLES 24 Sopa de verduras con arroz Caella en amarillo Patatas panaderas Pan Lácteo de soja	JUEVES 25 Crema de puerros Lomo adobado a la plancha Zanahorias salteadas Pan Lácteo de soja	VIERNES 26 Puchero de garbanzos Tortilla francesa Tomate aliñado Pan Fruta fresca
LUNES 29 Macarrones boloñesa Merluza a la marinera Ensalada de zanahoria Pan Fruta fresca	MARTES 30 Lentejas con verduras Tortilla de patata Menestra Pan Lácteo de soja	MIERCOLES 31 Arroz con verduras Hamburguesa de pollo plancha Ensalada de tomate Pan Lácteo de soja		

Menú revisado por Lourdes Casado Osuna · Diplomada en Nutrición Humana y Dietética · Nº Socio ADUNDA AND-00221