



OCTUBRE 2019

	MARTES 1 Lentejas a la jardinera Tortilla de patatas y ensalada Yogur natural	MIÉRCOLES 2 Sopa de pollo Pavo con guisantes y patatas fritas Fruta	JUEVES 3 Cocido de alubias Pescado en salsa con lechuga Yogur	VIERNES 4 SALIDA PEDAGÓGICA (Salvo los alumnos de 2 años)
LUNES 7 Macarrones con atún Sardinillas con ensalada Fruta	MARTES 8 Crema de calabacín Lomo en salsa con patatas Yogur	MIÉRCOLES 9 Lentejas con arroz Pescado con ensalada Batido de fruta	JUEVES 10 Judías con tomate Filete de pollo con patatas Yogur	VIERNES 11 Cocido de garbanzos Merluza con ensalada Batido de chocolate
LUNES 14 Lentejas estofadas Bacalao con tomate y lechuga Fruta	MARTES 15 Arroz con tomate Huevos rellenos con ensalada Leche con cacao	MIÉRCOLES 16 Garbanzos estofados Albóndigas en salsa con lechuga Fruta	JUEVES 17 Crema de calabacín Merluza con patatas fritas Tarta	VIERNES 18 Cocido montañés Carne con tomate y ensalada Fruta
LUNES 21 Espaguetis a la boloñesa Lomo adobado con ensalada Batido de frutas	MARTES 22 Lentejas con chorizo Pollo con champiñones Yogur	MIÉRCOLES 23 Patatas con potas Tortilla de atún y ensalada Fruta	JUEVES 24 Cocido de garbanzos Carne guisada con guisantes y ensalada Yogur	VIERNES 25 Judías verdes Pescado con guarnición Bizcocho

- * ALIMENTOS DE TEMPORADA: CHIRIMOYA
- * NORMAS: HABLAMOS BAJO Y HACEMOS POCO RUIDO
- * ALGUNA VEZ LA COMIDA PUEDE CAMBIAR POR NECESIDADES DEL CENTRO.

***SI HEMOS COMIDO...**

- Cereales, legumbres
- Verduras
- Carne
- Pescado
- Huevo

***PODEMOS CENAR...**

- Hortalizas o legumbres
- Cereales
- Pescado o huevo
- Huevo o Carne
- Pescado o carne