



NOVIEMBRE

Semana 9 (del 3 al 7 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Macarrones integrales con salsa napolitana	Sopa de cocido	Arroz con pollo	Judías blancas	Coliflor gratinada
Segundos	Empanadillas	Cocido completo	Salmon al horno	Filetes rusos en salsa	Filetes de pavo a la plancha
Guarnición	Ensalada	Pan integral	Guisantes rehogados	Verduras salteadas	Tomate aliñado
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Pudding casero
Cena					
Primeros	Puré de verduras	Ensalada mixta	Brócoli rehogado	Sopa de fideos	
Segundos	Lomo a la plancha	Pizza casera	Tortilla francesa	Emperador a la plancha	
Guarnición	Ensalada		Tomate aliñado	Ensalada	
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	

Semana 10 (del 10 al 13 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Arroz integral caldoso con verduras	Crema de calabaza	Pasta boloñesa	Lentejas con verduras	
Segundos	Tortilla con atún	Ragut de pavo	Merluza al horno	San Jacobo casero	
Guarnición	Ensalada	Zanahoria baby	Guisantes en salsa	Tomate aliñado	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo	
Cena					
Primeros	Guisantes con pavo	Sopa castellana	Puré de calabacín		
Segundos	Bacalao al horno	Chuleta de Sajonia	Hamburguesa de pollo		
Guarnición	Pisto	Puré de patatas	Ensalada		
Postre	Yogur	Fruta de temporada	Fruta de temporada		

DÍA DE LA ENSEÑANZA

Semana 11 (del 17 al 21 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Patatas guisadas con verduras	Sopa de cocido	Pisto	Arroz integral con tomate	Judías blancas
Segundos	Salchichas de pavo en salsa	Cocido completo	Albóndigas de bacalao	Pollo asado	Tortilla de calabacín
Guarnición	Champiñones	Pan integral	Guisantes	Zanahoria baby	Ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo

Cena

Primeros	Crema de zanahorias	Brócoli rehogado	Sopa de fideos integrales con picadillo	Ensalada mixta
Segundos	Croquetas caseras	Merluza a la plancha	Pavo marinado a la plancha	Empanada casera de carne con verduras
Guarnición	Ensalada de tomate	Ensalada	Puré de patatas	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada

Semana 12 (del 24 al 28 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Fideuá de verduras	Sopa de cocido	Crema de verduras	Lentejas guisadas con verduras	Purrusalda
Segundos	Croquetas caseras	Cocido completo	Ragut de ternera	Atún en dados con tomate	Bacalao
Guarnición	Ensalada	Pan integral	Guisantes	Zanahoria al vapor	Pisto de verduras
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo

Cena

Primeros	Puré de calabacín	Ensalada César	Sopa de fideos integrales	Berenjena rebozada
Segundos	Tortilla francesa	Lubina a la bilbaína	Sándwich mixto	Filetes rusos a la plancha
Guarnición	Ensalada de tomate	Puré de patata	Tomate aliñado	Ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Yogur	Fruta de temporada