

NOVIEMBRE

Semana 9 (del 3 al 6 de noviembre)					
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	FESTIVIDAD DEL DÍA DE TODOS LOS SANTOS	Macarrones integrales con salsa napolitana	Sopa de cocido	Arroz con verduras	Judías blancas
Segundos		Varitas de merluza	Cocido completo	Salmon al horno	Filetes rusos en salsa
Guarnición		Ensalada		Guisantes rehogados	Verduras salteadas
Postre		Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo
Cena					
Primeros		Puré de verduras	Ensalada mixta	Brócoli rehogado	
Segundos		Lomo a la plancha	Pizza casera	Tortilla francesa	
Guarnición		Ensalada		Tomate aliñado	
Postre		Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	

*Los días que haya legumbres irán acompañadas con pan integral

Semana 10 (del 9 al 13 de noviembre)					
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Arroz integral caldoso con verduras	Sopa de cocido	Crema de calabaza	Pasta boloñesa	Lentejas con verduras
Segundos	Tortilla con atún	Cocido completo	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	Fruta de temporada	Lácteo
Cena					
Primeros	Guisantes con pavo	Puré de calabacín	Sopa castellana	Verduras salteadas	
Segundos	Bacalao al horno	Hamburguesa de pollo	Chuleta de Sajonia	Tortilla de patata	
Guarnición	Pisto	Ensalada	Puré de patatas	Ensalada	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	

*Los días que haya legumbres irán acompañadas con pan integral

Semana 11 (del 16 al 19 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Arroz integral con tomate	Sopa de cocido	Pisto	Patatas guisadas con verduras	
Segundos	Salchichas de pavo en salsa	Cocido completo	Albóndigas de bacalao	Pollo asado	
Guarnición	Champiñones		Guisantes	Zanahoria baby	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
Cena					
Primeros	Crema de zanahorias	Brócoli rehogado	Sopa de fideos integrales con picadillo		
Segundos	Croquetas caseras	Merluza a la plancha	Pavo marinado a la plancha		
Guarnición	Ensalada de tomate	Ensalada	Puré de patatas		
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada		

FESTIVO DÍA DE LA ENSEÑANZA

*Los días que haya legumbres irán acompañadas con pan integral

Semana 12 (del 23 al 27 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Fideuá de verduras	Lentejas guisadas con verduras	Crema de verduras		Arroz con tomate
Segundos	Croquetas caseras	Atún en dados con tomate	Ragut de ternera		Salchichas de ave
Guarnición	Ensalada	Zanahoria al vapor	Guisantes		Ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Lácteo
Cena					
Primeros	Puré de calabacín	Ensalada César			
Segundos	Tortilla francesa	Lubina a la bilbaína			
Guarnición	Ensalada de tomate	Puré de patata			
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada			

FIESTA LOCAL DÍA DEL PATRIMONIO

*Los días que haya legumbres irán acompañadas con pan integral



NOVIEMBRE

MENÚ CELIACOS

Semana 9 (del 3 al 6 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	FESTIVIDAD DEL DÍA DE TODOS LOS SANTOS	Macarrones sin gluten con salsa napolitana	Sopa de fideos sin gluten	Arroz con verduras	Judías blancas
Segundos		Alternativa (pollo o tortilla)	Cocido completo	Salmon al horno	Filetes rusos sin gluten en salsa
Guarnición		Ensalada		Guisantes rehogados	Verduras salteadas
Postre		Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo
Cena					
Primeros		Puré de verduras	Ensalada mixta	Brócoli rehogado	
Segundos		Lomo a la plancha	Pizza sin gluten casera	Tortilla francesa	
Guarnición		Ensalada		Tomate aliñado	
Postre		Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	

*Todas las comidas van acompañadas de pan sin gluten

Semana 10 (del 9 al 13 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Arroz integral caldoso con verduras	Sopa de fideos sin gluten	Crema de calabaza	Pasta sin gluten a la boloñesa	Lentejas con verduras
Segundos	Tortilla con atún	Cocido completo	Ragut de pavo	Merluza al horno	Alternativa (huevo , carne o pescado)
Guarnición	Ensalada		Zanahoria baby	Guisantes en salsa	Tomate aliñado
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Lácteo
Cena					
Primeros	Guisantes con pavo	Puré de calabacín	Sopa sin gluten	Verduras salteadas	
Segundos	Bacalao al horno	Hamburguesa de pollo	Chuleta de Sajonia	Tortilla de patata	
Guarnición	Pisto	Ensalada	Puré de patatas	Ensalada	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	

*Todas las comidas van acompañadas de pan sin gluten

Semana 11 (del 16 al 19 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Arroz integral con tomate	Sopa de fideos sin gluten	Pisto	Patatas guisadas con verduras	
Segundos	Salchichas de pavo en salsa	Cocido completo	Bacalao al horno	Pollo asado	
Guarnición	Champiñones		Guisantes	Zanahoria baby	
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada	
Cena					
Primeros	Crema de zanahorias	Brócoli rehogado	Sopa de fideos integrales con picadillo		
Segundos	Croquetas sin gluten caseras	Merluza a la plancha	Pavo marinado a la plancha		
Guarnición	Ensalada de tomate	Ensalada	Puré de patatas		
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada		

FESTIVO DÍA DE LA ENSEÑANZA

*Todas las comidas van acompañadas de pan sin gluten

Semana 12 (del 23 al 27 de noviembre)

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Primeros	Pasta sin gluten con verduras	Lentejas guisadas con verduras	Crema de verduras		Arroz con tomate
Segundos	Croquetas sin gluten caseras	Atún en dados con tomate	Ragut de ternera		Salchichas de ave
Guarnición	Ensalada	Zanahoria al vapor	Guisantes		Ensalada
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada	Fruta de temporada		Lácteo
Cena					
Primeros	Puré de calabacín	Ensalada César			
Segundos	Tortilla francesa	Lubina a la bilbaína			
Guarnición	Ensalada de tomate	Puré de patata			
Postre	Fruta de temporada	Fruta de temporada			

FIESTA LOCAL DÍA DEL PATRIMONIO

*Todas las comidas van acompañadas de pan sin gluten