

## MENÚS OTOÑO-INVIERNO 2020 y Sugerencia de cenas

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lentejas caseras Filete merluza con ensalada Pan 1, lácteo 7  Revuelto con jamón y ensalada	Crema de zanahoria Estofado de ternera con pasta 1 Pan 1, fruta de temporada  Sandwich mixto	Sopa de fideos 1 Pollo asado con arroz Pan 1, fruta de temporada  Pescado al horno con patatas	Crema de verduras Albóndigas caseras con patatas Pan 1, fruta de temporada  Arroz tres delicias	Menestra Espaguetis con atún 1,4 Pan 1, fruta de temporada  Verdura con patata y huevo
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Sopa de fideos Pescado con patatas...4 Pan 1, fruta de temporada  Filetes de lomo con patatas	Ensalada mixta 3,4 Filete ruso casero con arroz Pan 1, lácteo 7  Lentejas vegetales	Judías verdes con huevo 3 Lasaña de carne Pan 1, fruta de temporada  Huevos revueltos con gambas	Potaje de garbanzos Pescado a la romana con ensalada 4 Pan 1, fruta de temporada  Hamburguesa casera	Crema de calabacín Tortilla de patata con tomate 3 Pan 1, fruta de temporada  Pescado al horno con patatas
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Ensalada mixta 3,4 Albóndigas caseras con arroz Pan 1, fruta de temporada  Filetes de pescado a la romana	Caldo gallego (verdura, patata, habas) Pescado al horno con ensalada 4 Pan 1, fruta de temporada  Tortilla con ensalada	Sopa de pasta 1 Empanada casera de pollo/carne 1 Pan 1, lácteo 7  Crema de verduras y filetes de lomo	Judías verdes rehogadas Salchichas con patatas Pan 1, fruta de temporada  Pescado a la gallega	Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada Pan 1, fruta de temporada  Pasta boloñesa
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Crema de zanahoria Churrasco con patatas Pan 1, fruta de temporada  Revuelto de gambas	Potaje de alubias Pizza casera con atún 1, 7, 4 Pan 1, fruta de temporada  Ensalada con aceitunas y tacos de queso	Crema de verduras Guiso de calamares con patata Pan 1, fruta de temporada  Pechuga de pollo con arroz	Sopa de pasta 1 Lomo al ajillo con arroz Pan 1, lácteo 7  Pescado al horno con patata panadera	Ensalada mixta 3,4 Lentejas caseras Pan 1, fruta de temporada  Pizza casera
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Crema de verduras Estofado de carne con pasta 1 Pan 1, fruta de temporada  Tortilla de patatas con ensalada	Potaje de garbanzos Merluza al horno con ensalada Pan 1, fruta de temporada  Sopa de verduras y jamón asado	Sopa de pasta 1 Filete de pollo con patatas Pan 1, lácteo 7  Filete de salmón a la plancha con ensalada	Menestra Albóndigas caseras con arroz Pan 1, fruta de temporada  Pasta con gambas	Croquetas con ensalada 1,3,8 Macarrones con atún 1,4 Pan 1, fruta de temporada  Arroz con huevos y tomate (a la cubana)

1. Todos los menús son elaborados bajos en sal y grasas

2. Los menús son modificados en casos de alergia o intolerancia

3. Cumpliendo con el reglamento (EU) nº 1169/2011, las materias alérgicas que pueden contener nuestros platos y se indican al lado de cada uno de ellos son: 1; CEREALES, 2; CRUSTÁCEOS, 3; HUEVOS, 4; PESCADO, 5; CACAHUETES, 6; SOJA, 7; LÁCTEOS, 8; FRUTOS SECOS, 9; APIO, 10; MOSTAZA, 11; SÉSAMO, 12; SULFITOS, 13; ALTRAMUCES, 14; MOLUSCOS.