

MENÚ SUGERENCIAS DE CENAS NOVIEMBRE

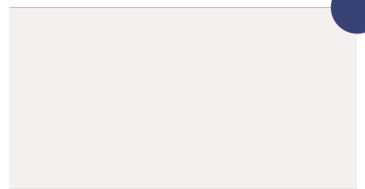
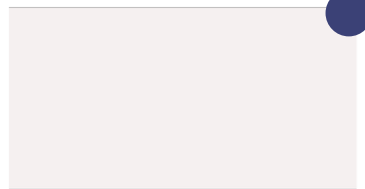
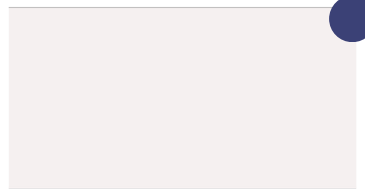
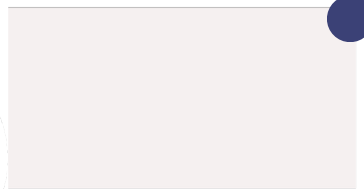
LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



4
ACELGAS CON PATATAS
LENGUADO AL HORNO CON
TOMATE ASADO
FRUTA

5
ARROZ CON VERDURAS
POLLO ASADO CON ENSALADA
FRUTA

6
LOMBARDA SALTEADA CON MAZANA Y
BACON
FILETE DE TERNERA A LA PLANCHA
CON ENSALADA DE CANÓNICOS
YOGUR

7
GUISANTE REHOGADOS CON
CEBOLLA Y JAMON
TORTILLA DE PATATA CON PIMIENTOS
ASADOS
FRUTA

8
ENSALADA MIXTA
PIZZA CASERA CON DADOS DE
PAVO
FRUTA

11
CREMA DE VERDURAS
PECHUGA DE PAVO EN SALSA DE
CHAMPIÑONES
FRUTA

12
JUDIAS VERDES CON ACEITE DE
PIMENTON
TORTILLA FRANCESA CON QUESO
CREMOSO Y ENSALADA DE LECHUGA
Y OLIVAS

13
ENSALADA DE COUS COUS
TOSTA DE PAN INTEGRAL CON
TOMATE Y LOMOS DE CABALLA
FRUTA

14
PARRILADA DE VERDURAS
CINTA DE LOMO ADOBADA CON
CALABACÍN A LA PLANCHA
FRUTA

15
SOPA MINISTRONE (CON ALUBIAS
BLANCAS)
TIRAS DE POLLO REBOZADAS CASERAS
CON SALSA DE MIEL Y MOSTAZA
YOGUR

18
PISTO DE VERDURAS
HUEVO FRITO CON PATATAS
YOGUR

19
PASTEL DE VERDURAS
CHULETA DE PAVO AL AJILLO
CON ZANAHORIA BABY
FRUTA

20
ENSALADA CAMPERA
FRUTA

21
ESPINACAS A LA CREMA
TOTILLA PAISANA CON ENSALADA
FRUTA

22
ENSALADA CAPRESSE (TOMATE Y
QUESO MOZARELLA)
MAGRO DE CERDO GUISADO
FRUTA

25
CREMA DE CALABAZA CON QUESO
LUBINA A LA PLANCHA CON
ENSALADA DE TOMATE Y MAIZ
FRUTA

26
POLLO AL CURRY CON ARROZ
SALTEADO Y VERDURAS ASADAS
FRUTA

27
ENSALADA VERDE
CALABACIN RELLENO DE VERDURA Y
CARNE PICADA
FRUTA

28
ALCACHOFAS SALTEADAS AL
AJILLO
HUEVOS ROTOS CON JAMON
SERRANO
FRUTA

29
PANACHE DE VERDURAS
COSTILLAS ASADAS CON STICK
DE BONIATO
YOGUR

