MENÚ SIN PESCADO. OCTUBRE 2026.

JUEVES 1
Crema de legumbres.
Carne con tomate.
Patatas dados.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con cebolla.
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

VIERNES 2
Arroz con verduras.
Tortilla francesa.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con remolacha.
Menestra de verduras (col de bruselas, coliflor, zanahoria, guisantes y judías verdes).
Pan del día.
Fruta del tiempo.

LUNES 5
Crema natural de zanahorias con tostones horneados.
Tortilla de patatas.
Ensalada de colores sin atún (romanilla, tomate, zanahoria, maíz, cebolla).
Coliflor rehogada.
Pan del día.
Fruta del tiempo.

MARTES 6
Caldo casero de gallina con fideos.
Hamburguesa de pollo a la plancha.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con maíz.
Judías verdes salteadas.
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

MIÉRCOLES 7
Alubias estofadas.
Lomo en salsa.
Puré de patatas.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con cebolla.
Pan del día.
Yogurt natural azucarado.

JUEVES 8
Macarrones integrales con tomate.
Huevos caseros a la bechamel.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con col.
Brócoli al vapor.
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

VIERNES 9
Arroz frito.
Pollo al horno.
Menestra de verduras (col de bruselas, coliflor, zanahoria, guisantes y judías verdes).
Ensalada alegre (ensalada gourmet, romanilla, huevo duro, aceituna, cebolla).
Pan del día.
Fruta del tiempo.

MARTES 13
Arroz con champiñones.
Hamburguesa de pollo a la plancha.
Judías verdes salteadas.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con huevo duro.
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

MIÉRCOLES 14
Crema natural de calabaza con tostones horneados.
Tortilla de patatas y calabacines.
Coliflor rehogada.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con lombarda.
Pan del día.
Yogurt natural azucarado.

JUEVES 15
Berza gaditana.
Huevos duros.
Arroz salteado integral.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con maíz.
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

VIERNES 16
Macarrones al pesto.
Cinta de lomo con salsa carbonara.
Zanahorias baby.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con aceitunas.
Pan del día.
Fruta del tiempo.

LUNES 19
Pasta integral boloñesa.
Tortilla francesa.
Brócoli al vapor.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con cebolla.
Pan del día.
Fruta del tiempo.

MARTES 20
Potaje de garbanzos.
Pollo al horno.
Arroz salteado integral.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con pepino.
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

MIÉRCOLES 21
Revuelto de patatas con huevo y bacon.
Lomo de cerdo a la plancha.
Judías verdes salteadas.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con maíz.
Pan del día.
Yogurt natural azucarado.

JUEVES 22
Arroz con pollo.
San Jacobo.
Zanahorias a las finas hierbas.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con remolacha.
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

VIERNES 23
Crema natural de calabacín con tostones horneados.
Albóndigas de pollo horneadas.
Patatas dados.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con aceitunas.

Pan del día.
Fruta del tiempo.

LUNES 26
Patatas guisadas con ragut de pavo.
Huevos duros.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con col.
Judías verdes salteadas.
Pan del día.
Fruta del tiempo.

MARTES 27
Puchero sevillano.
Lomo a la castellana.
Zanahorias baby.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con huevo duro.
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

MIERCOLES 28
Arroz salteado.
Pechuga de pollo a la plancha.
Patatas fritas.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con aceitunas.
Pan del día.
Yogurt natural azucarado.

JUEVES 29
Crema de legumbres.
Tortilla de patatas.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con cebolla.
Menestra de verduras (col de bruselas, coliflor, zanahoria, guisantes y judías verdes).
Pan blanco / integral del día.
Fruta del tiempo.

VIERNES 30
Espirales al ajillo.
Cinta de lomo adobado a la plancha.
Coliflor rehogada.
Ensalada mixta (romanilla, tomate, zanahoria) con maíz.
Pan del día.
Fruta del tiempo.