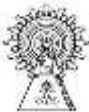




MENÚ OCTUBRE 2026

			Jueves 1	Viernes 2
			Coditos con queso Hamburguesa a la plancha con ensalada variada Pan blanco Sandía	Patatas con verduras Limanda a la plancha con ensalada variada Pan integral Yogur sabores sin azúcar
Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9
Arroz tres delicias Dorado a la plancha con ensalada Pan blanco Naranja	Lentejas estofadas con verduritas Tortilla española con ensalada variada Pan integral Manzana	Crema de zanahoria Filete de lomo adobado a la plancha con parrillada de verduras Pan blanco Sandía	Macarrones integrales a la Puttanesca Filete de pavo a la plancha con pimienta del piquillo Pan blanco Plátano	Sopa de verduras Tilapia a la plancha con ensalada variada Pan integral Gelatina sabores sin azúcar
No lectivo Calendario CAM	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
DÍA DE LA HISPANIDAD  DÍA DE LA VIRGEN DEL PILAR	Brócoli ecológico al ajillo Albóndigas de pollo y ternera con patatas fritas Pan integral Naranja	Fideuá de carne Palometa a la plancha con ensalada variada Pan blanco Sandía	Alubias blancas con verduras Huevos fritos con salchichas frescas de pollo Pan blanco Naranja	Arroz integral a la hortelana Bacalao a la plancha con ensalada variada Pan integral Yogur sabores sin azúcar
Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
Coliflor ecológica al vapor Caballa a la plancha con ensalada variada Pan blanco Manzana	Sopa de cocido Garbanzos, verduras y carne Pan integral Yogur sabores sin azúcar	Paella de marisco y pescado Ragú de pavo con verduras Pan blanco Mandarinas	Crema mixta Tortilla de cebolla y calabacín con ensalada variada Pan blanco Pera	Espaguetis integrales a la Napolitana Caella a la plancha con ensalada Pan integral Plátano
Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
Patatas a lo pobre Rape a la plancha con ensalada variada Pan blanco Naranja	Crema de calabaza Pollo asado con ensalada variada Pan integral Pera	Arroz integral con calamares Filete de lomo a la plancha con ensalada variada Pan blanco Yogur sabores sin azúcar	Alubias pintas Carrillera de cerdo con patatas fritas Pan integral Mandarina	EXCURSIÓN 



Sulfitos



Soja



Pescado



Sésamo



Gluten



Frutos secos



Crustáceos



Cacahuets



Mostaza



Moluscos



Lácteos



Huevos



Apio



Altramuz