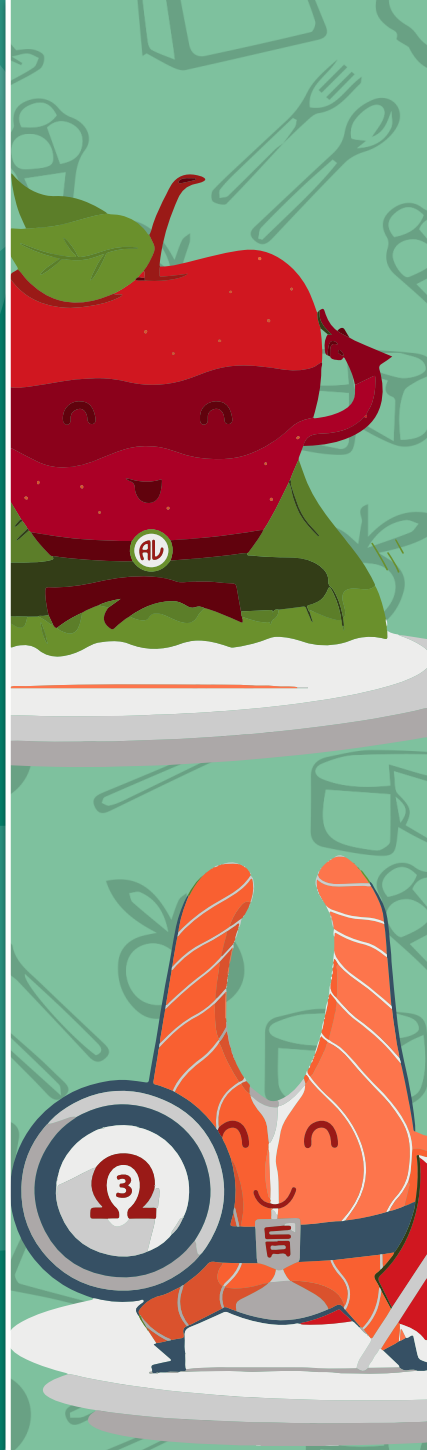
OCTUBRE

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE: aramark

COLEGIO: COLEGIO FOMENTO NELVA Y MONTEAGUDO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	DÍA 01 LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA VERDE PURÉ DE PATATA FRUTA VARIADA Y PAN INTEGRAL	DÍA 02 SALTEADO DE GUISANTES LOMO AL AJILLO ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE YOGUR Y PAN BLANCO	DÍA 03 ARROZ INTEGRAL CON TOMATE TORTILLA FRANCESA ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA FRUTA VARIADA Y PAN INTEGRAL	DÍA 04 CREMA DE CALABACÍN POLLO ASADO AL ROMERO CON PATATAS DADO FRUTA VARIADA CON PAN BLANCO
DIA 07 LENTEJAS ESTOFADAS LENGUADINA AL HORNO EN SALSA FRUTA VARIADA Y PAN BLANCO	DIA 08 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS TORTILLA ESPAÑOLA ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA VARIADA Y PAN INTEGRAL	DÍA 09 SALTEADO DE JUDÍAS VERDES ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA YOGUR Y PAN BLANCO	DIA 10 PASTA CON BOLOÑESA DE ATÚN Y OPCIÓN DE SALSA DE QUESO DELICIAS DE BACALAO REBOZADO ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA VARIADA Y PAN BLANCO	DÍA 11 SOPA MINESTRONE POLLO EN PEPITORIA ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA VARIADA Y PAN BLANCO
DIA 14 MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA Y OPCIÓN DE SALASA DE QUESO MERLUZA CON ALIÑO DE CÍTRICOS ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA VARIADA Y PAN BLANCO	DÍA 15 OLLETA ALICANTINA TORTILLA DE PATATAS ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ FRUTA VARIADA Y PAN INTEGRAL	DÍA 16 ENSALADA COMPLETA ARROZ AL HORNO YOGUR Y PAN BLANCO	DÍA 17 CREMA DE ZANAHORIA CON MANZANA FILETE DE MAGRO ESTOFADO CON PATATAS DADO FRUTA VARIADA Y PAN INTEGRAL	DIA 18 SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO REPOLLO REHOGADO FRUTA NATURAL Y PAN BLANCO
DÍA 21 ARROZ A BANDA REVUELTO DE CHORIZO PISTO FRUTA VARIADA Y PAN BLANCO	DÍA 22 GUISO DE LENTEJAS ABADEJO A LA BILBAINA PATATAS FRITAS FRUTA VARIADA Y PAN INTEGRAL	DÍA 23 CREMA DE VERDURAS CON PICATOSTES POLLO AL CHILINDRÓN ENSALADA DE LECHUGA Y MAIZ YOGUR Y PAN BLANCO	DÍA 24 ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS HAMBURGUESA A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA Y PEPINO FRUTA VARIADA Y PAN INTEGRAL	DIA 25 SPAGUETTIS GRATINADOS CABALLA AL HORNO CON ALIÑO DE LIMÓN ENSALADA DE LECHUGA, PIMIENTO Y ACEITUNAS FRUTA VARIADA Y PAN BLANCO
DÍA 28 ENSALADA MIXTA CON ATÚN PAELLA DE MAGRA FRUTA VARIADA Y PAN BLANCO	DÍA 29 GARBANZOS ESTOFADOS POLLO ASADO CHAMPIÑONES CON CEBOLLA FRUTA VARIADA Y PAN INTEGRAL	DÍA 30 FIDEÜA DE VERDURAS ABADEJO AL CURRY ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y QUINOA YOGUR Y PAN BLANCO	DÍA 31 OLLETA ALICNATINA TORTILL AFRANCESA ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA PAN INTEGRAL Y FRUTA VARIADA	FESTIVO



Visita nuestra web → www.elgustodecrecer.es

aramark