

# MENÚ NORMAL PARA COLEGIOS

## NOVIEMBRE 2014

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Espirales a la carbonara Merluza en salsa tártara Menestra	4 Sopa de fideos Albóndigas con tomate Zanahoria baby	5 Cocido de garbanzos San jacobó Ensalada de maíz	6 Crema de calabacín Tortilla de patatas Tomate frito	7 Paella mixta Calamar capricho Ensalada de tomate
10 Macarrones a la italiana Nuggets al horno Menestra	11 Estofado de ternera Fogonero al horno Ensalada primavera	12 Potaje de habichuelas Tortilla de jamón Zanahoria baby	13 Arroz 3 delicias Chuleta de cerdo con tomate Ensalada de judías verdes	14 Potaje de garbanzos Panga empanado Tomate aliñado
17 Arroz a la cubana Huevos cocidos Salchichas	18 Lentejas estofadas Emperador al aceite de oliva Ensalada de col	19 Sopa de conchitas Filete de cerdo Verdura salteada	20 Patata en ajopollo Lenguado con nata Zanahoria baby	21 Crema de zanahorias Pizza
24 Conchitas a la boloñesa Huevos cocidos Salchichas	25 Fideuá Bacalao con tomate Judías verdes salteadas	26 Garbanzos guisados Croquetas Ensalada primavera	27 Guiso de cerdo Lenguado a la vizcaína Menestra	28 Sopa de marisco Jamoncitos de pollo Ensalada tropical
1 Cazuela de fideos Ternera en salsa de champiñones	2 Sopa de pescado Hamburguesa Guisantes salteados	3 Cocido Lomos de merluza Judías verdes	4 Sopa de picadillo Pollo asado Patata asada	5 Lentejas con chorizo Tortilla de patatas Tomate frito

Postre y complemento: fruta del tiempo como puede ser naranja, mandarina, pera, plátano, kiwi, fresa, melocotón, chirimoya, melón, sandía, piña, uvas, ciruelas, nectarinas, albaricoques, persimones....todo ello variando el tipo de fruta según la temporada que corresponda, recomendándose además, variar el tipo de fruta diariamente. Complementar con un postre lácteo.