

MENU MENSUAL DE RECOMENDACION PARA LA CENA

2026 OCTUBRE

1° Semana

JUEVES 1

VIERNES 2

Plato				Sopa de picadillo y cuñas de queso tierno	Tortilla de patata y cebolla con ensalada mixta de vegetales
Pan				Pan blanco	Pan Integral
Postre				Fruta fresca	Queso fresco con miel y nueces

2° Semana

LUNES 5

MARTES 6

MIÉRCOLES 7

JUEVES 8

VIERNES 9

Plato	Calabacin rehogado en ajo y cebolla con varitas de pescado	Tortilla francesa de verduras con pescado a la plancha en ajo perejil	Crema de verduras con lonchas de pechuga cocida de pavo	Revelto de berenjenas con filete de pollo plancha en ajo perejil	Sandwich caliente de York y Queso con ensalada de Canonigos, atun, tomate y zanahoria
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan blanco	Pan de molde blanco
Postre	Fruta fresca	Yogur natural	Fruta fresca	Fruta fresca	Leche con cacao

3° Semana

LUNES 12

MARTES 13

MIÉRCOLES 14

JUEVES 15

VIERNES 16

Plato	FESTIVO	Empanadillas de Bonito al horno con ensalada tropical	Sopa de fideos y Coliflor y filete de pollo a la plancha en ajo perejil	Pure de Patatas con filete de pescado azul a la plancha en ajo perejil	Tortilla de patata, espinacas y calabacín con ensalada mixta de vegetales
Pan		Pan Blanco	Pan Integral	Pan blanco	Pan Integral
Postre		Yogur natural	Fruta fresca	Fruta fresca	Quajada con miel y nueces

4° Semana

LUNES 19

MARTES 20

MIÉRCOLES 21

JUEVES 22

VIERNES 23

Plato	Brocoli salteado en salsa de Soja con cuñas de queso tierno	Picadillo de Patata, judias verdes y pimiento morron con lomo de bacalao en salsa de tomate	Sopa de pescado y croquetas de jamon	Tortilla francesa con leche y perejil con ensalada mixta de vegetales y Filete de melva en conserva	Sandwich de York, lechuga y Queso philadelphia con ensalada de Canonigos, atun, tomate y zanahoria
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan blanco	Pan de molde blanco
Postre	Fruta fresca	Yogur natural	Fruta fresca	Fruta fresca	Leche con cacao

5° Semana

LUNES 26

MARTES 27

MIÉRCOLES 28

JUEVES 29

VIERNES 30

Plato	Ensalada templada de col, patata y atun con pescado a la plancha en ajo perejil	Hamburguesa de pollo con ensalada mixta de vegetales	Crema de verduras con salchichas frescas de cerdo	Tortilla de espinacas sofritas con ajo, cebolla y gambas con lonchas de pechuga cocida de pavo	Sandwich de atun, huevo cocido, maiz y mahonesa con ensalada Cesar
Pan	Pan Blanco	Pan Blanco	Pan Integral	Pan blanco	Pan de molde blanco
Postre	Fruta fresca	Yogur natural	Fruta fresca	Fruta fresca	Quajada con miel y nueces