

Menú General a partir de 12 meses octubre 2020

MERIENDA por la MAÑANA				
FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA	FRUTA CORTADA
MERIENDA por la TARDE				
FRUTA	PAN CON JAMÓN (1,5,6,7,8,11)	PAN CON TOMATE (1,5,7,8,11)	PAN CON QUESO (1,5,7,8,11)	COCA CASERA (1,3,7)
			JUEVES 1	VIERNES 2
			Lechuga, Tomate y Maíz	FIDEOS MELOSOS DE FILETE DE RAPE Y VERDURAS (cebolla, tomate, pimiento verde, pimiento rojo, guisantes y caldo) (1,3,4,9)
			GUISO/ PURÉ DE LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, judía verde, espinacas o acelgas) (9)	
			FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
			Sugerencia de cena: Couscous con verduras y pollo troceado / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla de patata y cebolla con ensalada / Fruta
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
Lechuga y Zanahoria rallada	CAZUELA DE FILETE DE RAPE CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate triturado, zanahoria, judía verde, ajo, perejil, laurel y caldo) (4,9)	PURÉ DE CALABAZA (9)	SOPA DE RAPE (1,3,4)	(*) ARROZ BRUT DE POLLO (cebolla, pimiento verde, pimiento rojo, judía verde, guisantes y caldo) (9)
GUISO/ PURÉ DE LENTEJAS CON CALABAZA Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, calabaza, espinacas) (9)	YOGUR NATURAL (7)	TORTILLA DE PATATA COCIDA Y CEBOLLA CON JUDÍAS VERDES SALTEADAS (3,9)	LOMO DE MERLUZA AL HORNO CON CEBOLLA, ZANAHORIA Y TOMATE (4)	
FRUTA DE TEMPORADA		FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Pavo salteado con cebolla, zanahoria y pimientos / Fruta	Sugerencia de cena: Garbanzos con espinacas y comino / Fruta	Sugerencia de cena: Muslito de pollo con ajitos y arroz con romero / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla a la francesa y patata con calabacín / Fruta	Sugerencia de cena: Raolas caseras de bacalao y tomate salteado / Fruta
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
FESTIVO	Lechuga, Zanahoria y Aceitunas	FILETE DE RAPE AL HORNO CON VERDURAS (cebolla, zanahoria, tomate, guisantes) Y PATATA PANADERA (4,9)	SOPA DE "BULLIT" (1,3,9)	(*) "GREIXERA D'OUS" (cebolla, tomate maduro, guisantes, judía verde, patata y huevo cocido) (3,9)
	GUISO/ PURÉ DE LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, judía verde, espinacas o acelgas) (9)	YOGUR NATURAL (7)	(*) "BULLIT MALLORQUÍ" DE POLLO, PATATA Y VERDURAS (cebolla, zanahoria, judía verde, col) (9)	
	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
	Sugerencia de cena: Huevo cocido con patata, judías verdes y zanahoria / Fruta	Sugerencia de cena: Arroz con verduras salteadas y conejo troceado / Fruta	Sugerencia de cena: Lenguado con ajo y pimentón y quínoa con tomate / Fruta	Sugerencia de cena: Filete de pavo salteado con champiñones y pan / Fruta
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
PURÉ DE VERDURAS (9)	Lechuga, Tomate y Maíz	ESTOFADO DE PAVO CON MANZANA, VERDURAS (puerro, cebolla, zanahoria, manzana, caldo) Y BONIATO	Lechuga y Zanahoria rallada	GUISO DE MERLUZA CON PATATA Y VERDURAS (ajo, cebolla, puerros, tomate, guisantes, zanahoria, perejil, caldo) (4,9)
MILHOJAS DE PATATA (patata y queso) Y TORTILLA DE ESPINACAS SALTEADAS CON AJO (3,7)	GUISO/ PURÉ DE GARBANZOS CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, tomate, acelgas, ajo, laurel, perejil) (9)	YOGUR NATURAL (7)	LENTEJAS MELOSAS CON ARROZ Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, judía verde, espinacas) (9)	
FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Sopa de pasta y pavo con calabacín / Fruta	Sugerencia de cena: Merluza enharinada y pisto de verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla de patata y cebolla con ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Conejo guisado con cebolla, zanahoria y couscous / Fruta	Sugerencia de cena: Hamburguesa casera con verduras y arroz salteado / Fruta
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
ARROZ CON SALSA DE TOMATE Y TORTILLA (cebolla, pimiento rojo, pimiento verde, zanahoria, tomate triturado, ajo y laurel) (3)	SOPA DE CALDO DE AVE (1,3,9)	Lechuga, Zanahoria y Aceitunas	CAZUELA DE FILETE DE RAPE CON PATATA Y VERDURAS (cebolla, ajo, tomate, zanahoria, guisantes, perejil y caldo) (4,9)	(*) "FIDEUS ROTERS" DE POLLO Y VERDURAS (cebolla, tomate, ajo, judías verdes, zanahoria, coliflor, guisantes, pollo troceado) (1,3,9)
POLLO SALTEADO CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria, judías verdes) (Tipo ropa vieja) (9)	POLLO SALTEADO CON PATATA Y VERDURAS (zanahoria, judías verdes) (Tipo ropa vieja) (9)	GUISO/ PURÉ DE LENTEJAS CON CALABAZA Y VERDURAS (cebolla, tomate, zanahoria, calabaza, espinaca) (9)		
FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR NATURAL (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA
Sugerencia de cena: Bacalao con verduras, tomate y patata / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla de patata y cebolla con ensalada / Fruta	Sugerencia de cena: Filete de pavo con pimientos salteados y couscous / Fruta	Sugerencia de cena: Tortilla a la francesa con pisto de verduras / Fruta	Sugerencia de cena: Hamburguesa de garbanzos y ensalada con pan / Fruta

ALÉRGENOS

1: Cereales que contengan Gluten 2: Crustáceos 3: Huevo 4: Pescado 5: Cacahuets 6: Soja 7: Leche 8: Frutos secos de cáscara 9: Apio 10: Mostaza 11: Sésamo
12: Sulfitos 13: Altramuces 14: Moluscos