

## MENÚ OCTUBRE 2020

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p><b>0</b></p>	<p><b>0</b></p>		<p><b>01</b> <b>Comida</b> Arroz 5 delicias y merluza a la romana con ensalada. Pan-plátano-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Crema de verduras y filete de ternera. Fruta y leche</p>	<p><b>02</b> <b>Comida</b> Crema de verduras y albóndigas con patatas y ensalada. Leche-zumo frutas</p> <p><b>Recomendación cena</b> Verduras salteadas y pescado azul plancha. Fruta y leche</p>
<p><b>05</b> <b>Comida</b> Macarrones con tomate y fletán al horno con ensalada. Pan-manzana-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Guisantes con jamón y huevo frito/tortilla francesa. Fruta y leche</p>	<p><b>06</b> <b>Comida</b> Patatas guisadas con costillas y boquerones en tempura. Pan-pera-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Ensalada variada y hamburguesa de ternera. Fruta y leche</p>	<p><b>07</b> <b>Comida</b> Lentejas castellanas. Revuelto de calabacín con huevo y ensalada. Pan-lácteo</p> <p><b>Recomendación cena</b> Espinacas a la crema y salteado de pavo con champiñones. Fruta y leche</p>	<p><b>08</b> <b>Comida</b> Coliflor gratinada con queso y pollo asado y ensalada. Pan-plátano-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Sopa de fideos y tortilla de patatas. Fruta y leche</p>	<p><b>09</b> <b>Comida</b> Arroz a banda y loncha de york empanada con ensalada. Pan-zumo-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Ensalada variada y pescado azul con ensalada. Fruta y leche</p>
<p><b>12</b> <b>Festividad del Pilar y de la Hispanidad</b></p>	<p><b>13</b> <b>Comida</b> Judías verdes con salchichas y San Jacobo con ensalada. Pan-pera-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Sopa de estrellitas y pescado a la plancha. Fruta/leche</p>	<p><b>14</b> <b>Comida</b> Patatas guisadas y merluza a la crema de queso con ensalada. Pan-lácteo</p> <p><b>Recomendación cena</b> Arroz con pollo y verduras y ensalada. Fruta</p>	<p><b>15</b> <b>Comida</b> Lentejas guisadas y boquerones en tempura con ensalada. Plátano-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Acelgas con tomate y lomo de cerdo con patatas Fruta y leche.</p>	<p><b>16</b> <b>Comida</b> Sopa de ave y filetes rusos con patatas y ensalada. Pan-mandarina-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Ensalada de tomate y tortilla de patatas. Fruta/leche</p>
<p><b>19</b> <b>Comida</b> Arroz con tomate, huevos, salchichas y beicon y ensalada. Manzana-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Menestra de verduras y lomo de cerdo a la plancha. Fruta y leche</p>	<p><b>20</b> <b>Comida</b> Sopa y cocido completo con ensalada de repollo y tomate. Pan-pera-lácteo</p> <p><b>Recomendación cena</b> Ensalada variada y pescado azul. Fruta y leche</p>	<p><b>21</b> <b>Comida</b> Judías verdes con gambas y hamburguesa con ensalada. Pan-lácteo</p> <p><b>Recomendación cena</b> Sopa de fideos y huevo frito/tortilla. Fruta y leche</p>	<p><b>22</b> <b>Comida</b> Lentejas con costillas y emperador empanado con ensalada. Plátano-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Salteado de pollo con verduras y queso fresco. Fruta</p>	<p><b>23</b> <b>Comida</b> Pasta con atún y chuleta de Sajonia con ensalada. Pan-mandarina-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Crema de calabacín y croquetas de bacalao. Fruta-leche</p>
<p><b>26</b> <b>Comida</b> Patatas con costillas y san jacob con ensalada de maíz. Pan-manzana-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Sopa de estrellitas y pescado azul. Fruta/leche</p>	<p><b>27</b> <b>Comida</b> Paella de pescado y tortilla de queso con ensalada. Pan-pera-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Judías verdes con patatas y pollo a la plancha. Fruta/leche</p>	<p><b>28</b> <b>Comida</b> Sopa y cocido completo con ensalada de repollo y tomate. Pan-pera-lácteo</p> <p><b>Recomendación cena</b> Menestra de verduras y pescadito frito. Fruta/leche</p>	<p><b>29</b> <b>Comida</b> Crema de zanahorias y albóndigas con salsa y ensalada. Pan-plátano-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Guisantes con jamón y tortilla francesa/huevo. Fruta/leche</p>	<p><b>30</b> <b>Comida</b> Lentejas con verduras y salmón con ensalada. Pan-manzana-leche</p> <p><b>Recomendación cena</b> Crema de espinacas y chuleta de cerdo Fruta y leche</p>