

Menú de Octubre































MENÚ TRITURADO

Jueves 1	Puré de patata, zanahoria, calabacín, guisantes y pescado. Fruta triturada	
Viernes 2	<i>Puré de sopa de cocido completo (pollo, garbanzos pavo, pelota, patata, zanahoria, jamón, apio, puerro, nabo, chirivía, cardo)</i> Fruta triturada	
Lunes 5	Puré de patata, zanahoria, cebolla, judías verdes y pollo. Fruta triturada	
Martes 6	Puré de patata, zanahoria y pescado. Postre lácteo	 
Miércoles 7	Puré de patata, zanahoria, cebolla, judías verdes y ternera. Fruta triturada	
Jueves 8	Puré de patata, zanahoria, calabacín, guisantes y pescado. Fruta triturada	
Viernes 9	FESTIVO DIA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA	
Lunes 12	FIESTA NACIONAL DE ESPAÑA	
Martes 13	Puré de patata, zanahoria, tomate, puerro y pescado. Postre lácteo	 
Miércoles 14	Puré de patata, zanahoria, cebolla y ternera. Fruta triturada	
Jueves 15	Puré de patata, zanahoria, cebolla, lechuga y pescado. Fruta triturada	
Viernes 16	<i>Puré de potaje de garbanzos (garbanzos, patata, cebolla, ajo, pan)</i> Fruta triturada	
Lunes 19	Puré de patata, zanahoria, puerro, cebolla y pollo. Fruta triturada	
Martes 20	Puré de patata, zanahoria, calabaza, puerro y pescado. Postre lácteo	 
Miércoles 21	Puré de patata, zanahoria, judías verdes y ternera. Fruta triturada	
Jueves 22	Puré de patata, zanahoria, calabacín, guisantes y pescado. Fruta triturada	
Viernes 23	Puré de alubias estofadas (patata, zanahoria, ajo, cebolla, judía verde). Fruta triturada	
Lunes 26	Puré de patata, zanahoria, cebolla, judías verdes y pollo. Fruta triturada	
Martes 27	Puré de patata, zanahoria, calabaza y pescado. Postre lácteo	 
Miércoles 28	Puré de patata, zanahoria, judías verdes y ternera. Fruta triturada	
Jueves 29	Puré de patata, zanahoria, calabacín, guisantes y pescado. Fruta triturada	
Viernes 30	Puré de lentejas con verduras (patata, zanahoria, cebolla, tomate, ajo) Fruta triturada	

Pescados utilizados: Lengado, merluza, caella, abadejo y tilapia.

Los alimentos enteros se van introduciendo progresivamente y en general, coinciden con el 2º plato del menú del menú general

MENÚ GENERAL

			JUEVES 1 Thursday	VIERNES 2 Friday
			<p>Arroz con acelgas (jamón, acelgas, alubias, cebolla, tomate)</p> <p>Merluza al horno con ensalada de lechuga y maíz</p> 	<p>Sopa de cocido (fideos, jamón, apio, puerro, nabo, chirivía, cardo)</p>   <p>Cocido completo (pollo, garbanzos pavo, pelota, patata, zanahoria)</p>
			<i>Fruta</i>	<i>Fruta</i>
LUNES 5 Monday	MARTES 6 Tuesday	MIÉRCOLES 7 Wednesday	JUEVES 8 Thursday	VIERNES 9 Friday
<p>Puré de verduras (patata, zanahoria, puerro)</p> <p>Longanizas con pisto (longaniza de cerdo, tomate, cebolla, pimiento)</p>	<p>Guisado de patatas con verduras (zanahoria, judía verde, guisantes, cebolla)</p> <p>Lenguado con ensalada de lechuga y zanahoria</p> 	<p>Ensalada Mixta (lechuga, tomate, zanahoria, maíz)</p> <p>Arroz al horno (magro de cerdo, patata, tomate, cebolla, garbanzos, morcilla)</p>	<p>Fideuá de pescado (gambitas, sepia, pescado)</p>    <p>Albóndigas de bacalao (bacalao, patata, ajo perejil, huevo) con ensalada de lechuga y tomate</p>  	FESTIVO DIA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA
<i>Fruta</i>	<i>Yogurt</i> 	<i>Fruta</i>	<i>Fruta</i>	
LUNES 12 Monday	MARTES 13 Tuesday	MIÉRCOLES 14 Wednesday	JUEVES 15 Thursday	VIERNES 16 Friday
FIESTA NACIONAL DE ESPAÑA	<p>Arroz a banda (pescado, gambitas, sepia)</p>   <p>Merluza al horno con guarnición de patata</p> 	<p>Caracolas a la marinera (queso, tomate, cebolla, atún)</p>    <p>Tortilla francesa con espárragos (espárragos, huevo)</p> 	<p>Sopa de pescado (fideos, pescado)</p>   <p>Tilapia con guarnición de cebolla y lechuga</p> 	<p>Potaje de garbanzos (garbanzos, patata, espinaca, tomate, cebolla, ajo, pan)</p>  <p>Queso fresco con tomate y orégano</p> 
	<i>Natillas caseras</i> 	<i>Fruta</i>	<i>Fruta</i>	<i>Fruta</i>
LUNES 19 Monday	MARTES 20 Tuesday	MIÉRCOLES 21 Wednesday	JUEVES 22 Thursday	VIERNES 23 Friday
<p>Ensalada mixta (lechuga, tomate, zanahoria, pepino)</p> <p>Paella valenciana caldosa (arroz, judía verde, garrañón, pollo)</p>	<p>Puré de verduras (patata zanahoria, cebolla)</p> <p>Caella con salsa verde</p> 	<p>Espaguetti o tallarines gratinados (queso, tomate, cebolla)</p>   <p>Pollo en salsa (cebolla, aceite, pimiento, perejil, ajo y guisantes)</p>	<p>Sopa de letras (pollo, pavo, verduras)</p>  <p>Lenguado con guarnición de patata</p> 	<p>Alubias estofadas (patata, zanahoria, ajo, cebolla, tomate, judía verde)</p> <p>Tortilla española (patata, huevo, cebolla)</p> 
<i>Fruta</i>	<i>Yogurt</i> 	<i>Fruta</i>	<i>Fruta</i>	<i>Fruta</i>

LUNES 26 <i>Monday</i>	MARTES 27 <i>Tuesday</i>	MIÉRCOLES 28 <i>Wednesday</i>	JUEVES 29 <i>Thursday</i>	VIERNES 30 <i>Friday</i>
<p><i>Crema de calabacín</i> (queso, patata)</p>  <p><i>Carne picada con tomate</i> (ternera-magro)</p> <p>con ensalada de lechuga y remolacha</p>	<p><i>Ensalada mixta</i> (espárragos, tomate, zanahoria)</p> <p><i>Arroz a la cubana</i> (huevo, tomate)</p> 	<p><i>Crema de verduras</i> (zanahoria, patata, acelgas, judías verdes...)</p> <p><i>Lomo a la plancha</i> (hervas provenzales)</p>	<p><i>Macarrones boloñesa</i> (ternera-magro, tomate, cebolla, queso)</p>   <p><i>Empanadillas de atún</i> (tomate, atún, harina, huevo)</p>   	<p><i>Lentejas a la riojana</i> (patata, zanahoria, cebolla, tomate, chorizo)</p> <p><i>Tortilla francesa con queso y guarnición de lechuga y maíz</i></p>  
<i>Fruta</i>	<i>Natillas caseras</i> 	<i>Fruta</i>	<i>Fruta</i>	<i>Fruta</i>



* Los platos pueden contener trazas u otros alérgenos por contaminación cruzada.