

# MENÚ NOVIEMBRE 2016 PRIMARIA, SECUNDARIA Y BACHILLERATO

COMIDA			CENA		
Martes			Miércoles		
1	FESTIVO		16	Arroz con tomate. Salmón a la naranja. Fruta.	Verdura. Tortilla. Yogur.
Miércoles	Arroz tres delicias. Filete de merluza con ensalada. Fruta.	Verdura. Empanada. Fruta.	Jueves	Sopa de cocido. Garbanzos con carne. Fruta.	Puré. Pescado. Fruta.
2			17		
Jueves	Pasta rehogada. Magro con tomate y ensalada. Fruta.	Sopa de verduras. Pollo. Fruta.	Viernes	Pasta en salsa carbonara. Filete de pollo con ensalada. Fruta.	Ensalada mixta. Empanada. Fruta.
3			18		
Viernes	Lentejas estofadas con verduras. Tortilla de patata. Fruta.	Ensalada de tomate y maíz. Pescado. Yogur.	Lunes	Judías verdes salteadas con zanahorias. Bocaditos de merluza con ensalada. Fruta.	Sopa. Pollo. Fruta.
4			21		
Lunes	Judías verdes rehogadas. Magreta adobada con ensalada. Fruta.	Sándwich vegetal. Tortilla. Fruta.	Martes	Crema de calabaza. Magro a la jardinera. Fruta.	Ensalada. Huevos rellenos. Natillas.
7			22		
Martes	Patatas en salsa verde. Merluza a la gallega. Fruta.	Puré. Pollo. Fruta.	Miércoles	Patatas a la riojana. Merluza en salsa de pimientos. Fruta.	Sopa. Ternera. Fruta.
8			23		
Miércoles	Judías blancas con verduras. Chuletas de pavo con ensalada. Fruta.	Ensalada mixta. Pescado. Fruta.	Jueves	Pasta rehogada. Salchichas de pollo con ensalada. Fruta.	Verdura. Tortilla. Yogur.
9			24		
Jueves	Crema de zanahoria. Atún con pisto. Fruta.	Sopa. Ternera. Flan.	Viernes	Sopa de cocido. Garbanzos con pollo y carne. Fruta.	Ensalada mixta. Pescado. Fruta.
10			25		
Viernes	Patatas estofadas con pollo. Empanadillas con ensalada. Fruta.	Pasta. Pescado. Flan.	Lunes	Arroz con verduras. Revuelto de atún con ensalada. Fruta.	Sopa. Pavo. Natillas.
11			28		
Lunes	Pasta con tomate. Revuelto de atún con ensalada. Fruta.	Verdura. Pavo. Fruta.	Martes	Crema de calabacín. Filete de pollo con ensalada. Fruta.	Verdura. Pescado. Flan.
14			29		
Martes	Lentejas estofadas con verduras. Ragout en salsa. Fruta.	Sopa. Pescado. Fruta.	Miércoles	Lentejas estofadas con verduras. Tortilla de patata. Fruta.	Sopa. Ternera. Fruta.
15			30		