

MES: OCTUBRE

COLEGIO: RECOMENDACIONES CENA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<p>02 SALTEADO DE VERDURAS</p> <p>BISTEC DE TERNERA CON PATATA AL HORNO</p> <p>LECHE PAN</p>	<p>03 CREMA DE HORTALIZAS</p> <p>QUESO FRESCO CON NUECES Y MIEL</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>04 COLIFLOR GRATINADA</p> <p>LENGUADO AL PAPILLOTE CON TOMATE NATURAL</p> <p>YOGUR NATURAL PAN</p>	<p>05 ESPINACAS REHOGADAS</p> <p>EMPANADILLAS DE ATÚN</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>06 COUS-COUS ALIÑADO CON ZANAHORIA Y POLLO</p> <p>FRUTA PAN</p>
<p>09 VERDURA TRICOLOR</p> <p>CROQUETAS CASERAS DE JAMÓN</p> <p>YOGUR NATURAL PAN</p>	<p>10 ARROZ SALTEADO CON POLLO A LA MIEL</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>11 CREMA DE ESPINACAS</p> <p>BISTEC DE TERNERA CON PATATA AL HORNO</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>12 SALTEADO DE VERDURAS</p> <p>TORTILLA DE YORK</p> <p>LECHE PAN</p>	<p>13 GUISANTES SALTEADOS CON AJO</p> <p>MERLUZA AL HORNO ENCEBOLLADA</p> <p>FRUTA PAN</p>
<p>16 ARROZ AL CURRY</p> <p>ABADEJO EN SALSA VERDE</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>17 ESPINACAS REHOGADAS</p> <p>MUSLO DE POLLO CON PATATA ASADA</p> <p>YOGUR DE SABORES PAN</p>	<p>18 COLIFLOR GRATINADA</p> <p>LIBRITOS DE LOMO CASERO</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>19 PISTO DE VERDURAS</p> <p>LENGUADO AL PAPILLOTE CON TOMATE NATURAL</p> <p>LECHE PAN</p>	<p>20 CREMA DE ZANAHORIA</p> <p>TORTILLA DE QUESO</p> <p>FRUTA PAN</p>
<p>23 SOPA DE AVE CON MARAVILLA</p> <p>REVUELTO DE CALABACÍN</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>24 BRÓCOLI REHOGADO</p> <p>BACALAO AL HORNO CON GUARNICIÓN DE ARROZ</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>25 MENESTRA DE VERDURAS</p> <p>LOMO AL AJILLO</p> <p>LECHE PAN</p>	<p>26 ARROZ SALTEADO CON CHAMPIÑONES Y POLLO</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>27 CREMA DE CHAMPIÑÓN</p> <p>PECHUGA DE PAVO CON PATATA ASADA</p> <p>YOGUR NATURAL PAN</p>
<p>30 COLIFLOR GRATINADA</p> <p>LENGUADO AL PAPILLOTE CON TOMATE NATURAL</p> <p>FRUTA PAN</p>	<p>31 COUS-COUS ALIÑADO CON ZANAHORIA Y POLLO</p> <p>YOGUR SABORES PAN</p>			