

COLEGIO FRAY LUIS DE LEON

Octubre

LUNES

- Crema de espárragos
- Filete de merluza empanado
- Ensalada de lechuga
- Fruta de temporada
- Pan

3

MARTES

- Día 4· Coditos con tomate
- Nuggets caseros de pollo
 - Champiñón al ajillo
 - Flan
 - Pan

10

- Día 11· Lentejas con chorizo
- Filete de pescado blanco con tomate
 - Calabacín salteado
 - Yogur sabor
 - Pan

MIERCOLES

- Día 5· Alubias blancas guisadas
- Huevos fritos
 - Patatas fritas
 - Fruta de temporada
 - Pan

JUEVES

- Día 6· Arroz con verduras
- Albóndigas de ternera en salsa
 - Zanahoria vichy
 - Yogur sabor
 - Pan

VIERNES

- Día 7· Sopa de verduras y pasta.
- Cinta de lomo con tomate
 - Patatas panadera
 - Fruta de temporada
 - Pan

- Patatas guisadas con verduras
- Hamburguesa de ternera en salsa
- Ensalada de lechuga y maíz
- Fruta de temporada
- Pan

- Día 13· Menestra de verduras
- Escalope empanado
 - Patatas chips
 - Fruta de temporada
 - Pan

- Día 14· Alubias pintas con arroz
- Tortilla de patata y chorizo
 - Tomate frito
 - Yogur sabor
 - Pan

- Día 17· Macarrones con tomate y verduras
- Rabas de calamar rebozadas
 - Brócoli salteado
 - Fruta de temporada
 - Pan

- Día 18· Crema de zanahorias
- Budin de jamon york
 - Ensalada de lechuga
 - Yogur sabor
 - Pan

- Día 19· Patatas con pescado y verduras
- Salchichas frankfurt
 - Maíz salteado
 - Fruta de temporada
 - Pan

- Día 20· Sopa de cocido
- Cocido completo
 - Flan
 - Pan

- Día 21· Arroz con tomate
- Albóndigas de ternera en salsa
 - Panache de verduras
 - Fruta de temporada
 - Pan

- Día 24· Sopa de picadillo
- Lacón con aceite y pimentón
 - Cachelos
 - Yogur sabor
 - Pan

- Día 25· Verduras variadas rehogadas
- Croquetas y empanadillas
 - Patatas dado
 - Fruta de temporada
 - Pan

- Día 26· Lentejas con verduras
- Huevos fritos
 - Tomate frito
 - Yogur sabor
 - Pan

- Día 27· Espirales con tomate y chorizo
- Filete de pescado blanco a la romana
 - Patatas dado
 - Fruta de temporada
 - Pan

- Día 28· Pote asturiano
- Filete de pollo a la manzana
 - Puré de manzana
 - Fruta de temporada
 - Pan