




This month we eat...

Este mes comemos...

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 Arroz con tomate Huevo frito con salchichas Melón Pan	2 Potaje de garbanzos Pollo Ensalada mixta Natillas caseras Pan	3 Puré de patatas con zanahoria y puerro. Picatostes Calamares y barritas de merluza. Ciruelas Pan Integral	4 Sopa de verduras y pescado Tortilla francesa Sandía Pan	5 Macarrones con carne Macedonia casera Pan
8 Lentejas estofadas con verduras Bacalao y Ensalada Melocotón Pan	9 Ensalada de arroz Huevos cocidos y aliñados Melón Pan	10 Sopa de picadillo Albóndigas de ternera en salsa Yogur Pan Integral	11 Crema de verduras Croquetas de pescado Ensalada Sandía Pan	12 Festivo  12 de Octubre Nuestra Señora del Pilar Le saludamos en su día
15 Pisto con patatas Tortilla con jamón serrano. Ensalada. Plátano Pan	16 Cazuela de fideos Lomo al horno en salsa Melón Pan	17 Lentejas con verduras Merluza al pil pil Yogur Pan integral	18 Espaguetis con tomate Revuelto de huevo Manzana Pan	19 Puré de verduras con picatostes Salchichas con kétchup y patatas fritas. Sandía Pan
22 Patatas a la riojana con pescado Empanadillas Melocotón Pan	23 Lentejas con verduras Huevos rellenos Platano Pan	24 Arroz caldoso San Jacobo casero. ensalada Yogur Pan Integral	25 Pasta con atún Croquetas de pollo Melón Pan	26 Crema de verduras Merluza al horno con base de patatas Melón Pan
29 Sopa de picadillo Calamares a la Romana Ensalada mixta Macedonia Pan	30 Judías blancas con chorizo Huevo frito. Ensalada Melón Pan	31 Puré de calabacín, zanahoria, calabaza. Filete a la plancha Yogur Pan integral		



