

## SUGERENCIAS DE CENA OCTUBRE.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>30</b>	<b>OCTUBRE 1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Tortilla francesa con atún ensalada variada Tabulé de verduras con queso feta y atún FRUTA. AGUA	Fajitas de pollo con verduras FRUTA. AGUA	Salteado de brócoli con pollo y huevo cocido FRUTA. AGUA	Sopa de letras Lenguado con ajoperejil FRUTA. AGUA	Salmón encebollada sobre puré de patatas FRUTA. AGUA
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
Tortilla francesa rellena de queso con fiambre de pavo FRUTA. AGUA	Revuelto de judías verdes, gambas y champiñones FRUTA. AGUA	Macarrones salteados con verduras Y merluza plancha FRUTA. AGUA	Judías verdes rehogadas con pechuga de pavo FRUTA. AGUA	Crepé de jamón york y queso FRUTA. AGUA
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
Rollitos de salmón con aguacate FRUTA. AGUA	Jamoncitos de pollo al horno con patatas asadas  FRUTA. AGUA	Ensalada de pasta con atún FRUTA. AGUA	Carne en salsa con arroz pilaf FRUTA. AGUA	Pizza casera FRUTA. AGUA
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
Crema de zanahoria con lenguado al horno FRUTA. AGUA	Lasaña de calabacín y fiambre de pavo FRUTA. AGUA	Merluza a la plancha sobre espaguetis de zanahoria FRUTA. AGUA	Ternera en salsa con puré de patata FRUTA. AGUA	Sándwich vegetal con atún FRUTA. AGUA
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>Noviembre 1</b>
Nuggets de merluza caseros FRUTA. AGUA	Tostada de hummus con tomates cherry al horno con especias FRUTA. AGUA	Sándwich mixto con bastones de zanahoria FRUTA. AGUA	Salmón a la plancha con espárragos FRUTA. AGUA	Mini quiche Lorraine FRUTA. AGUA

*El menú basal no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias. Atendiendo al RD1169/2011, pueden solicitar al personal de la empresa la información de los alérgenos. A fin de garantizar un adecuado servicio de comedor se ruega, que los padres informen siempre y de la forma más detallada posible, tanto a la empresa de comedor como al centro escolar, de las alergias y/o intolerancias de su hijo/a. GRACIAS.*

*La información sobre alérgenos se basa en los datos facilitados por nuestros proveedores. Debido a los procesos de elaboración de nuestros platos preparados, no es posible excluir la presencia accidental de alérgenos. Solicite la información que precise.*

*la pieza de fruta será de temporada, fruta ecológica o fruta IV gama y variada. Los menús podrán sufrir variaciones por necesidades de mercado.*

