



FRUTOS SECOS

OCTUBRE DE 2026

1º Plato

2º Plato

JUEVES 1

Lentejas ecológicas con verduras

Chuleta de sajonia en salsa especial

VIERNES 2

Arroz con tomate

Fogonero en salsa verde

LUNES 5

Espaguetis integrales con atún

Huevos con bechamel

MARTES 6

Puré de verduras

Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrillo

MIÉRCOLES 7

Sopa de cocido

Cocido completo

JUEVES 8

Paella de magro y verdura

Merluza en salsa limón

VIERNES 9

Judías blancas ecológicas con verdura y chorizo

Pollo asado

MARTES 13

Guisantes rehogados con jamón

Albóndigas en salsa con patatas

MIÉRCOLES 14

Macarrones integrales con tomate

Hamburguesa de zanahoria

JUEVES 15

Lentejas ecológicas estofadas

Tortilla de patata

VIERNES 16

Arroz tres delicias

Rosada al horno

LUNES 19

Crema de puerros ecológicos

Ragout de pavo estofado

MARTES 20

Judías pintas ecológicas con verduras

Huevos con bechamel

MIÉRCOLES 21

Paella de pollo y verduras

Abadejo al horno

JUEVES 22

Sopa de cocido

Cocido completo

VIERNES 23

Espirales integrales con chorizo y queso

Carbonero en salsa de hortalizas

LUNES 26

Coliflor rebozada

Lentejas ecológicas con verduras

MARTES 27

Arroz con tomate

Salmón al horno con verduras

MIÉRCOLES 28

Puré de zanahorias

Albóndigas en salsa con patatas

JUEVES 29

Macarrones integrales boloñesa

Pescadilla en salsa meniere

VIERNES 30

Judías verdes con jamón

Tortilla de patata

IMPORTANTE: Todos los platos resaltados en Negrita se sirven en envases independientes

