



# MARISCO

## NOVIEMBRE DE 2023

### 1º Plato

<u>JUEVES 2</u>	Arroz con tomate y pavo
<u>VIERNES 3</u>	Judías pintas con verduras
<u>LUNES 6</u>	Espaguetis con tomate
<u>MARTES 7</u>	Lentejas con verduras
<u>MIÉRCOLES 8</u>	Crema de zanahorias
<u>JUEVES 9</u>	Menestra de verduras ecológicas
<u>VIERNES 10</u>	Sopa de cocido
<u>LUNES 13</u>	Crema de hortalizas
<u>MARTES 14</u>	Judías pintas ecológicas con verdura
<u>MIÉRCOLES 15</u>	Espirales con tomate y chorizo
<u>JUEVES 16</u>	Sopa de picadillo
<u>VIERNES 17</u>	Guiso de patatas, vegetales y carne
<u>LUNES 20</u>	Macarrones integrales con tomate
<u>MARTES 21</u>	Sopa de cocido
<u>MIÉRCOLES 22</u>	Judías verdes ecológicas con jamón
<u>JUEVES 23</u>	Crema de calabaza
<u>VIERNES 24</u>	Lentejas con verduras
<u>LUNES 27</u>	Arroz con tomate
<u>MARTES 28</u>	<b>Sopa de verduras</b>
<u>MIÉRCOLES 29</u>	Judías blancas ecológicas con verduras y chorizo
<u>JUEVES 30</u>	Guisantes con jamón

### 2º Plato

<b>Tortilla francesa</b>
Cinta de lomo al ajillo con patatas a cuadrito
Salmón al horno con verduras
Tortilla de calabacín
Pollo asado con patatas a cuadrito
Hamburguesas de ternera en salsa con patatas
Cocido completo
Paella de pollo y verduras
<b>Tortilla francesa</b>
Gallo al horno
Minicachopo
<b>Merluza plancha</b>
Rosada al horno
Cocido completo
Albóndigas de ternera en salsa con patatas
Wok de arroz y quinoa con soja y vegetales
Tortilla de calabacín
Merluza al horno
Lasaña boloñesa
Jamoncitos de pollo en salsa con patatas
Tortilla de patata

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

