



MARISCO

OCTUBRE DE 2026



1º Plato

JUEVES 1 Lentejas ecológicas con verduras
VIERNES 2 Arroz con tomate

LUNES 5 Espaguetis integrales con atún
MARTES 6 Puré de verduras
MIÉRCOLES 7 Sopa de cocido
JUEVES 8 Paella de magro y verdura

MARTES 13 Guisantes rehogados con jamón
MIÉRCOLES 14 Macarrones integrales con tomate
JUEVES 15 Lentejas ecológicas estofadas
VIERNES 16 Arroz tres delicias

LUNES 19 Crema de puerros ecológicos
MARTES 20 Judías pintas ecológicas con verduras
MIÉRCOLES 21 Paella de pollo y verduras
JUEVES 22 Sopa de cocido
VIERNES 23 Espirales integrales con chorizo y queso

LUNES 26 Coliflor rebozada
MARTES 27 Arroz con tomate
MIÉRCOLES 28 Puré de zanahorias
JUEVES 29 Macarrones integrales boloñesa
VIERNES 30 Judías verdes con jamón

2º Plato

Chuleta de sajonia en salsa especial
Fogonero en salsa verde

Tortilla francesa
Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito
Cocido completo
Merluza en salsa limón

Albóndigas en salsa con patatas
Filete de pollo a la plancha
Tortilla de patata
Rosada al horno

Ragout de pavo estofado
Tortilla francesa
Abadejo al horno
Cocido completo
Carbonero en salsa de hortalizas

Lentejas ecológicas con verduras
Salmón al horno con verduras
Albóndigas en salsa con patatas
Pescadilla en salsa meniere
Tortilla de patata

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

