LEGUMBRE-GARENA

NOVIEMBRE DE 2026

	1º Plato	*2º Plato*
MARTES 3	**Arroz con tomate**	**Tortilla francesa**
MIÉRCOLES 4	**Puré de verduras**	Pollo asado
JUEVES 5	Espirales integrales con tomate y pavo	Pescadilla en salsa verde
VIERNES 6	**Coliflor rehogada con ajo**	**Filete de pavo plancha**
LUNES 9	Arroz con tomate	**Pavo plancha**
MARTES 10	Crema de calabacín ecológica	**Albóndigas de ternera especiales**
MIÉRCOLES 11	**Champiñón rehogado con cebolla**	Tortilla de patata
JUEVES 12	Macarrones integrales boloñesa	Merluza al horno
VIERNES 13	**Brócoli al ajillo**	Magro estofado
LUNES 16	Puré de verduras ecológico	Cinta de lomo en salsa con patatas a cuadrito
MARTES 17	**Coliflor rehogada con ajo**	**Tortilla francesa**
MIÉRCOLES 18	Espaguetis integrales con tomate	Salmón al horno con verduras
JUEVES 19	**Puré de verduras**	**Filete de pavo plancha**
VIERNES 20	Paella de pollo y verduras	Fogonero al horno
LUNES 23	**Ensalada mixta**	**Albóndigas de ternera especiales**
MARTES 24	Espirales integrales con tomate	**Pavo plancha**
MIÉRCOLES 25	Guiso de patatas, vegetales y carne	Abadejo al horno
JUEVES 26	**Arroz con tomate**	Tortilla de patata
VIERNES 27	**Champiñón al ajillo**	Filete de pollo en salsa de hortalizas
LUNES 30	Crema de zanahorias ecológicas	Ragout de pavo estofado

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