



## MENÚ OCTUBRE 2022

COLEGIOS CASTILLA LA MANCHA

	LUNES 3	MARTES 4	MIÉRCOLES 5	JUEVES 6	VIERNES 7
<b>PRIMEROS</b>	MENESTRA REHOGADA CON POLLO	CODITOS A LA ITALIANA	SOPA DE PESCADO	CREMA ESPARRAGOS BLANCOS	LENTEJAS CON VERDURAS
<b>SEGUNDOS</b>	TORTILLA DE PATATA	PEZ SAN PEDRO	GARBANZOS CON PESCADO Y MARISCO	ALBONDIGAS EN SALSA	SARDINAS AL LIMÓN
<b>GUARNICIÓN</b>		ENSALADA		PATATAS EN DADO	ENSALADA
<b>POSTRE</b>	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN	YOGUR	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN
Propuesta cena	Arroz + Pescado + Lácteo	Verdura + Carne + Fruta	Patata + Huevo + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Pasta + Ave + Fruta
	LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14
<b>PRIMEROS</b>	ARROZ CINCO DELICIAS	CREMA DE CALABAZA	<b>FIESTA DEL PILAR</b>	TALLARINES BOLOÑESA	GUISANTES CON JAMÓN
<b>SEGUNDOS</b>	SALMÓN AL HORNO	RAGUT DE CORDERO EN SALSA		SOLDADITO DE PAVIA A LA VIZCAINA	MUSLO DE POLLO ASADO
<b>GUARNICIÓN</b>	ENSALADA	PATATAS DADO		VERDURAS ASADAS	PATATA ASADA
<b>POSTRE</b>	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN		FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN
Propuesta cena	Verdura + Ave + Fruta	Arroz + Huevo + Fruta		Verdura + Carne + Lácteo	Patata + Pescado + Fruta
	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21
<b>PRIMEROS</b>	CARCAMUSAS TOLEDANAS	COLIFLOR AL GRATEN	SOPA DE FIDEOS Y VERDURAS	ENSALADA DE GARBANZOS CON ARROZ	LENTEJAS GUIADAS
<b>SEGUNDOS</b>	BONITO ENCEBOLLADO	BOQUERONES PECHUGA DE PAVO	BOQUERONES	COSTILLAS ASADAS	LIMANDA
<b>GUARNICIÓN</b>	ENSALADA	TOMATE ALIÑADO	ENSALADA	ENSALADA	VERDURA A LA PLANCHA
<b>POSTRE</b>	FRUTA Y PAN	YOGUR Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN
Propuesta cena	Verdura + Ave + Fruta	Pasta + Pescado + Fruta	Patata + Pescado + Fruta	Arroz + Huevo + Lácteo	Verdura + Carne + Lácteo
	LUNES 24	MARTES 25	MIÉRCOLES 26	JUEVES 27	VIERNES 28
<b>PRIMEROS</b>	CREMA DE CHAMPIÑÓN	SOPA DE COCIDO	PAELLA MIXTA	JUDIAS BLANCAS CON CHORIZO	LASAÑA BOLOÑESA
<b>SEGUNDOS</b>	FRITURA ANDALUZA	COCIDO COMPLETO	ENSALA CON BONITO	CABALLA CON TOMATE	TORTILLA FRANCESA
<b>GUARNICIÓN</b>	ENSALADA				
<b>POSTRE</b>	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN	FRUTA Y PAN	YOGUR Y PAN	FRUTA Y PAN
Propuesta cena	Verdura + Pescado + Lácteo	Arroz + Ave + Lácteo	Verdura + Pescado + Fruta	Patata + Huevo + Fruta	Pasta + Carne + Fruta
Fruta variada de temporada, el menú contiene agua y pan					
ENSALADAS: Lechuga y 1 o 2 ingredientes (Tomate, Maíz, Pepino, Cebolla, Zanahoria...)					
REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGICOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO.					