

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	1 -CREMA DE ZANAHORIA, CALABAZA Y BONIATO CON LECHE DE COCO* -LANGUE D'OISEAU (GLUTEN) CON CARNE PICADA DE TERNERA Y POLLO (1) -FRUTA DEL TIEMPO*	2 - ENSALADA DE TOMATE CON MOZZARELLA* (7) -POLLO AL CURRI CON ARROZ -FRUTA DEL TIEMPO*	3 - SALPICÓN DE GARBANZOS (GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA) - MACARRONES CON ATÚN (1,3,4) -FRUTA DEL TIEMPO*	4 MENÚ VEGETARIANO -SOPA CON CALDO DE VERDURA* (1,3,9) -HUEVOS REVUELTOS CON PATATA Y COLIFLOR GRATINADA (1,3,7) -YOGUR (7)
7 FIESTA	8 FIESTA	9 - CREMA DE LENTEJAS CON LECHE DE COCO (COMINO, ZANAHORIA, CEBOLLA Y LENTEJAS ROJAS)* -PASTA CARBONARA (1,3,7) -FRUTA DEL TIEMPO*	10 -ARROZ CON SALSA DE TOMATE -FILETE DE MERLUZA EMPANADO AL HORNO (1,3,4) CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA -YOGUR (7)	11 - CREMA DE CALABACÍN (9) -POLLO AL HORNO CON PATATAS FRITAS -FRUTA DEL TIEMPO*
14 -SOPA DE POLLO CAMPERO (1,3,9) -LENGUADO A LA MEUNIERE (1,3,4,6,8,9,10,11,14) CON JUDÍA VERDE Y CALABAZA -FRUTA DEL TIEMPO	15 -ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y QUESO FETA (7) -CROQUETAS DE POLLO (1,3,7) Y PESCADO (1,3,7,4) CON ARROZ -FRUTA DEL TIEMPO	16 MENÚ VEGETARIANO - LENTEJAS VEGETARIANAS* (ZANAHORIA, CEBOLLA, CALABACÍN Y APIO) (9) -TORTILLA DE PATATA (3) -FRUTA DEL TIEMPO*	17 -ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA - COUS COUS CON CARNE DE POLLO Y TERNERA Y VERDURA (CALABAZA, APIO, CALABACÍN, NABO, JUDÍA VERDE Y CEBOLLA) (1,9) -YOGUR (7)	18 MENÚ SORPRESA DE NAVIDAD MENU 1: (1,3) MENU 2 (6) 
21 -ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS* - CHILI CON CARNE DE TERNERA, ALUBIAS ROJAS Y ARROZ (CEBOLLA, PIMIENTO Y ESPECIES) -FRUTA DEL TIEMPO*	22 MENÚ VEGETARIANO - CREMA DE ZANAHORIA (PATATA, ZANAHORIA Y LECHE DE COCO)* -PASTA CON CHAMPIÑONES (1,3) -YOGUR (7)	23 FIESTA	24 FIESTA	25 FIESTA
28 FIESTA	29 FIESTA	30 FIESTA	31 FIESTA	

1 GLÚTEN	2 CRUSTÁCEOS	3 HUEVOS	4 PESCADO S	5 CACAHUETES	6 SOJA	7 LÁCTEOS	8 FRUTOS SECOS	9 APIO	10 MOSTAZA	11 SÉSAMO	12 SULFITOS	13 ALTRAMUZ	14 MOLUSCOS
-------------	-----------------	-------------	----------------	-----------------	-----------	--------------	-------------------	-----------	---------------	--------------	----------------	----------------	----------------

- *Se utilizan frutas y verduras ecológicas en los menús.
- 1 vez a la semana se introduce un menú vegetariano (ovo-lácteo vegetariano).
- Los menús diarios se acompañan de pan y agua.
- Todas las salsas y caldos son de elaboración casera.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	1 -CREMA DE ZANAHORIA, CALABAZA Y BONIATO CON LECHE DE COCO* -PASTA SIN GLUTEN CON CARNE PICADA DE TERNERA Y POLLO -FRUTA DEL TIEMPO*	2 - ENSALADA DE TOMATE CON MOZZARELLA* (7) -POLLO AL CURRI CON ARROZ -FRUTA DEL TIEMPO*	3 - SALPICÓN DE GARBANZOS (GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA) - MACARRONES SIN GLUTEN CON ATÚN (4) -FRUTA DEL TIEMPO* SALSA DE TOMATE	4 MENÚ VEGETARIANO -SOPA SIN GLUTEN CON CALDO DE VERDURA* (9) -HUEVOS REVUELTOS CON PATATA Y COLIFLOR GRATINADA (7) -YOGUR (7)
7 FIESTA	8 FIESTA	9 - CREMA DE LENTEJAS CON LECHE DE COCO (COMINO, ZANAHORIA, CEBOLLA Y LENTEJAS ROJAS)* -PASTA CARBONARA SIN GLUTEN (7) -FRUTA DEL TIEMPO*	10 -ARROZ CON SALSA DE TOMATE -FILETE DE MERLUZA AL HORNO (4) CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA -YOGUR (7)	11 - CREMA DE CALABACÍN (9) -POLLO AL HORNO CON PATATAS FRITAS -FRUTA DEL TIEMPO*
14 -SOPA SIN GLUTEN DE POLLO CAMPERO (9) -LENGUADO AL HORNO CON JUDÍA VERDE Y CALABAZA (4) -FRUTA DEL TIEMPO	15 -ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y QUESO FETA (7) -PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON ARROZ -FRUTA DEL TIEMPO	16 MENÚ VEGETARIANO - LENTEJAS VEGETARIANAS* (ZANAHORIA, CEBOLLA, CALABACÍN Y APIO) (9) -TORTILLA DE PATATA (3) -FRUTA DEL TIEMPO*	17 -ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA - QUINOA CON CARNE DE POLLO Y TERNERA Y VERDURA (CALABAZA, APIO, CALABACÍN, NABO, JUDÍA VERDE Y CEBOLLA) (1,9) -YOGUR (7)	18 MENÚ SORPRESA DE NAVIDAD MENU 1 O MENU 2 SIN GLUTEN 
21 -ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS* - CHILI CON CARNE DE TERNERA, ALUBIAS ROJAS Y ARROZ (CEBOLLA, PIMIENTO Y ESPECIES) -FRUTA DEL TIEMPO*	22 MENÚ VEGETARIANO - CREMA DE ZANAHORIA (PATATA, ZANAHORIA Y LECHE DE COCO)* -PASTA SIN GLUTEN CON CHAMPIÑONES -YOGUR (7)	23 FIESTA	24 FIESTA	25 FIESTA
28 FIESTA	29 FIESTA	30 FIESTA	31 FIESTA	

1 GLÚTEN	2 CRUSTÁCEOS	3 HUEVOS	4 PESCADO S	5 CACAHUETE S	6 SOJA	7 LÁCTEOS	8 FRUTOS SECOS	9 APIO	10 MOSTAZA	11 SÉSAMO	12 SULFITOS	13 ALTRAMUZ	14 MOLUSCOS
-------------	-----------------	-------------	-------------------	---------------------	-----------	--------------	----------------------	-----------	---------------	--------------	----------------	----------------	----------------

- *Se utilizan frutas y verduras ecológicas en los menús.
- 1 vez a la semana se introduce un menú vegetariano (ovo-lácteo vegetariano).
- Los menús diarios se acompañan de pan y agua.
- Todas las salsas y caldos son de elaboración casera.



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	1 -CREMA DE ZANAHORIA, CALABAZA Y BONIATO CON LECHE DE COCO* -LANGUE D'OISEAU (GLUTEN) CON CARNE PICADA DE TERNERA Y POLLO (1) -FRUTA DEL TIEMPO*	2 - ENSALADA DE TOMATE -POLLO AL CURRI CON ARROZ -FRUTA DEL TIEMPO*	3 - SALPICON DE GARBANZOS (GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA) - MACARRONES CON ATÚN (1,3,4) -FRUTA DEL TIEMPO*	4 MENÚ VEGETARIANO -SOPA CON CALDO DE VERDURA* (1,3,9) -HUEVOS REVUELTOS CON PATATA Y COLIFLOR (1,3) -FRUTA DEL TIEMPO*
7 FIESTA	8 FIESTA	9 - CREMA DE LENTEJAS CON LECHE DE COCO (COMINO, ZANAHORIA, CEBOLLA Y LENTEJAS ROJAS)* -PASTA CARBONARA DE LECHE VEGETAL (1,3,6) -FRUTA DEL TIEMPO*	10 -ARROZ CON Salsa de TOMATE -FILETE DE MERLUZA EMPANADO (1,3,4) CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA - FRUTA DEL TIEMPO*	11 - CREMA DE CALABACÍN (9) -POLLO AL HORNO CON PATATAS FRITAS -FRUTA DEL TIEMPO*
14 -SOPA DE POLLO CAMPERO (1,3,9) -LENGUADO A LA MEUNIERE (1,3,4,6,8,9,10,11,14) CON JUDÍA VERDE Y CALABAZA -FRUTA DEL TIEMPO	15 - ENSALADA DE TOMATE, PEPINO - PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON ARROZ -FRUTA DEL TIEMPO	16 MENÚ VEGETARIANO - LENTEJAS VEGETARIANAS* (ZANAHORIA, CEBOLLA, CALABACÍN Y APIO) (9) -TORTILLA DE PATATA (3) -FRUTA DEL TIEMPO*	17 -ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA - COUS COUS CON CARNE DE POLLO Y TERNERA Y VERDURA (CALABAZA, APIO, CALABACÍN, NABO, JUDÍA VERDE Y CEBOLLA) (1,9) - FRUTA DEL TIEMPO*	18 MENÚ SORPRESA DE NAVIDAD MENU 1: (1,3) MENU 2 (6) 
21 -ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS* - CHILI CON CARNE DE TERNERA, ALUBIAS ROJAS Y ARROZ (CEBOLLA, PIMIENTO Y ESPECIES) -FRUTA DEL TIEMPO*	22 MENÚ VEGETARIANO - CREMA DE ZANAHORIA (PATATA, ZANAHORIA Y LECHE DE COCO)* -PASTA CON CHAMPIÑONES (1,3) - FRUTA DEL TIEMPO*	23 FIESTA	24 FIESTA	25 FIESTA
28 FIESTA	29 FIESTA	30 FIESTA	31 FIESTA	

1 GLÚTEN	2 CRUSTÁCEOS	3 HUEVOS	4 PESCADO S	5 CACAHUETES	6 SOJA	7 LÁCTEOS	8 FRUTOS SECOS	9 APIO	10 MOSTAZA	11 SÉSAMO	12 SULFITOS	13 ALTRAMUZ	14 MOLUSCOS
-------------	-----------------	-------------	----------------	-----------------	-----------	--------------	-------------------	-----------	---------------	--------------	----------------	----------------	----------------

- *Se utilizan frutas y verduras ecológicas en los menús.
- 1 vez a la semana se introduce un menú vegetariano (ovo-lácteo vegetariano).
- Los menús diarios se acompañan de pan y agua.
- Todas las salsas y caldos son de elaboración casera.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
30	1 -CREMA DE ZANAHORIA, CALABAZA Y BONIATO CON LECHE DE COCO* -LANGUE D'OISEAU (GLUTEN) CON TOFU (1,6) -FRUTA DEL TIEMPO*	2 - ENSALADA DE TOMATE CON MOZZARELLA* (7) - HAMBURGUESA VEGETAL CON ARROZ (1,6) -FRUTA DEL TIEMPO*	3 - SALPICÓN DE GARBANZOS (GARBANZOS, TOMATE Y CEBOLLA) - MACARRONES CON SALSA DE TOMATE (1,3) -FRUTA DEL TIEMPO* SALSA DE TOMATE	4 MENÚ VEGETARIANO -SOPA CON CALDO DE VERDURA* (1,3,9) -HUEVOS REVUELTOS CON PATATA Y COLIFLOR GRATINADA (1,3,7) -YOGUR (7)
7 FIESTA	8 FIESTA	9 - CREMA DE LENTEJAS CON LECHE DE COCO (COMINO, ZANAHORIA, CEBOLLA Y LENTEJAS ROJAS)* -PASTA CARBONARA CON TOFU (1,3,7) -FRUTA DEL TIEMPO*	10 -ARROZ CON SALSA DE TOMATE -HUEVOS REVUELTOS (3) CON ENSALADA DE TOMATE Y LECHUGA -YOGUR (7)	11 - CREMA DE CALABACÍN (9) - HAMBURGUESA VEGETAL CON PATATAS FRITAS (1,6) -FRUTA DEL TIEMPO*
14 - SOPA CON CALDO DE VERDURA* (1,3,9) - HUEVOS REVUELTOS (3) CON JUDÍA VERDE Y CALABAZA -FRUTA DEL TIEMPO*	15 -ENSALADA DE TOMATE, PEPINO Y QUESO FETA (7) - CROQUETAS DE ESPINACAS (1,3,7) CON ARROZ -FRUTA DEL TIEMPO*	16 MENÚ VEGETARIANO - LENTEJAS VEGETARIANAS* (ZANAHORIA, CEBOLLA, CALABACÍN Y APIO) (9) -TORTILLA DE PATATA (3) -FRUTA DEL TIEMPO*	17 -ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA - COUS COUS CON VERDURAS (CALABAZA, APIO, CALABACÍN, NABO, JUDÍA VERDE Y CEBOLLA) (1,9) -YOGUR (7)	18 MENÚ SORPRESA DE NAVIDAD MENU 1: (1,3) MENU 2 (6) 
21 -ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE Y OLIVAS* - CHILI CON TOFU (6), ALUBIAS ROJAS Y ARROZ (CEBOLLA, PIMIENTO Y ESPECIES) -FRUTA DEL TIEMPO*	22 MENÚ VEGETARIANO - CREMA DE ZANAHORIA (PATATA, ZANAHORIA Y LECHE DE COCO)* -PASTA CON CHAMPIÑONES (1,3) -YOGUR (7)	23 FIESTA	24 FIESTA	25 FIESTA
28 FIESTA	29 FIESTA	30 FIESTA	31 FIESTA	

1 GLÚTEN	2 CRUSTÁCEOS	3 HUEVOS	4 PESCADO S	5 CACAHUETES	6 SOJA	7 LÁCTEOS	8 FRUTOS SECOS	9 APIO	10 MOSTAZA	11 SÉSAMO	12 SULFITOS	13 ALTRAMUZ	14 MOLUSCOS
-------------	-----------------	-------------	----------------	-----------------	-----------	--------------	-------------------	-----------	---------------	--------------	----------------	----------------	----------------

- *Se utilizan frutas y verduras ecológicas en los menús.
- Los menús diarios se acompañan de pan y agua.
- Todas las salsas y caldos son de elaboración casera.


NEUS GOYENECHE TARRIDA
Dietista-Nutricionista
Nº Col. 180088
C/ de Aragón 10, 1º. 50004 Huesca

NEUS GOYENECHE TARRIDA
Dietista-Nutricionista
Nº Col. 180088
