

NOVIEMBRE 2020 – SIN LACTOSA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>02</p> <p>FESTIVO</p>	<p>03</p> <p>Coditos con tomate y atún</p> <p>Merluza al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p>	<p>04</p> <p>Judías blancas estofadas</p> <p>Salchichas frescas de ave con ensalada</p> <p>Fruta</p>	<p>05</p> <p>Arroz murciano</p> <p>Lomos de salmón al horno con ensalada</p> <p>Yogur sin lactosa</p>	<p>06</p> <p>Crema de calabaza</p> <p>Albóndigas de ternera con patatas</p> <p>Fruta</p>
<p>09</p> <p>Macarrones con tomate</p> <p>Bacalao al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p>	<p>10</p> <p>Paella valenciana (calamares, mejillones, pollo, chirlas, gambas, pimiento, guisantes)</p> <p>Fiambre de pavo con ensalada de lechuga y tomate</p> <p>Fruta</p>	<p>11</p> <p>Judías verdes a la española</p> <p>Pollo asado con patatas</p> <p>Fruta</p>	<p>12</p> <p>Sopa del cocido (fideos, caldo de cocido)</p> <p>Cocido completo (garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo, tocino y patatas)</p> <p>Fruta</p>	<p>13</p> <p>Patatas guisadas con magro</p> <p>Merluza al limón con ensalada</p> <p>Yogur sin lactosa</p>
<p>16</p> <p>Espirales con tomate</p> <p>Colas de rape al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p>	<p>17</p> <p>Sopa de letras</p> <p>Ternera en salsa con cuscús</p> <p>Fruta</p>	<p>18</p> <p>Crema de calabacín</p> <p>Filete de pollo empanado con patatas</p> <p>Fruta</p>	<p>19</p> <p>Arroz milanés</p> <p>Filete de pescadilla al horno con ensalada</p> <p>Yogur sin lactosa</p>	<p>20</p> <p>Lentejas estofadas con verduras</p> <p>Salchichas frescas de ave con ensalada</p> <p>Fruta</p>
<p>23</p> <p>Arroz tres delicias</p> <p>Merluza a la romana con ensalada</p> <p>Fruta</p>	<p>24</p> <p>Menestra de verduras con jamón</p> <p>Cinta de lomo con patatas</p> <p>Fruta</p>	<p>25</p> <p>Farfalle con tomate y calabacín</p> <p>Mero al horno con ensalada</p> <p>Yogur sin lactosa</p>	<p>26</p> <p>Sopa del cocido (fideos, caldo de cocido)</p> <p>Cocido completo (garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo, tocino y patatas)</p> <p>Fruta</p>	<p>27</p> <p>Crema de verduras naturales (Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas, repollo y patatas)</p> <p>Hamburguesa de ternera con patatas</p> <p>Fruta</p>
<p>30</p> <p>Espaguetis con tomate</p> <p>Merluza al horno con ensalada</p> <p>Fruta</p>				