

# Menú de octubre

| LUNES   | MARTES  | MIÉRCOLES | JUEVES  | VIERNES |
|---|---|-----------|---|---------|
|   |   |           |   |         |
| 3<br>1° Plato :Macarrones c/ Chorizo<br>2° Plato :Pechugas a la plancha<br>Guarnición: Patatas chips<br>Postre: Fruta         | 4<br>1° Plato: Lentejas guisadas<br>2° Plato: Merluza romana<br>Guarnición: Ensalada lechuga y tomate<br>Postre: Arroz c/ leche | 5         | 6<br>1° Plato :Puré de patatas<br>2° Plato: Lomo asado c/ verdura<br>Guarnición: Pimientos asados<br>Postre: Yogurt | 7       |
| 10<br>1° Plato: Menestra c/ jamón<br>2° Plato :Filete de ternera plancha<br>Guarnición: Ensalada tomate<br>Postre: Yogurt     | 11<br>1° Plato Lasaña de atún<br>2° Plato: Pollo asado en su jugo<br>Guarnición: Manzana al vapor<br>Postres: Leche frita       | 12        | 13<br>1° Plato: Arroz c/ tomate<br>2° Plato: Lomo de trucha plancha<br>Guarnición: Beicon<br>Postre : Fruta         | 14      |
| 17<br>1° Plato: Puré de verduras<br>2° Plato: Tortilla de patata<br>Guarnición: Ensalada de lechuga y tomate<br>Postre: Fruta | 18<br>1° Plato: Potaje de garbanzos<br>2° Plato: Escalopes de ternera<br>Guarnición: Ensalada de tomate<br>Postre: Tarta mixta  | 19        | 20<br>1° Plato: Espagueti carbonara<br>2° Plato: Lomo adobado plancha<br>Guarnición: Champiñones<br>Postre: Yogurt  | 21      |
| 24<br>1° Plato: Paella de carne<br>2° Plato: Huevos rellenos c/ atún<br>Guarnición: Salsa mayonesa<br>Postre :Fruta           | 25<br>1° Plato: Alubias pintas<br>2° Plato: Redondo al horno<br>Guarnición: Patata panadera<br>Postre: Brazo de gitano          | 26        | 27<br>1° Plato: Pisto manchego<br>2° Plato: Croquetas de pollo<br>Guarnición: Ensalada tomate<br>Postre: Yogurt     | 28      |