

OCTUBRE 2020

VEGETARIANO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			<p><b>1</b> Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p><b>Arroz de otoño con setas y CALABAZA ECO</b></p> <p><b>Brócoli al vapor</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>2</b> Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p><b>Sopa minestrone con fideos</b></p> <p>(sopa de verduras)</p> <p><b>Calabacín relleno</b></p> <p>(con arroz y hortalizas)(sin queso)</p> <p>Fruta</p>
<p><b>5</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>Espaguetis con tomate y CALABACÍN ECO</b></p> <p><b>Tempura de verduras</b></p> <p>(rebozado casero)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>6</b> Lechuga, tomate, maíz</p> <p><b>Crema de brócoli con PICATOSTES INTEGRALES caseros</b></p> <p><b>Menestra de verduras con guarnición de arroz</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>7</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>Lentejas a la jardinera</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Tumbet mallorquín</b></p> <p>(patatas al horno con tomate y hortalizas)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>8</b></p> <p><b>Ensalada completa con piña</b></p> <p>(con lechuga, tomate y zanahoria)(sin queso ni huevo)</p> <p><b>Paella de verduras</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>9</b></p>
<p><b>12</b></p>	<p><b>13</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>Sopa juliana con estrellitas</b></p> <p>(sopa de verduras)</p> <p><b>Berenjena rellena con ZANAHORIA ECO</b></p> <p>(con arroz y hortalizas )(sin queso)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>14</b> Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p><b>Crema de garbanzos</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Rollito de primavera con guarnición de arroz</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>15</b> Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p><b>Arroz meloso con verduras</b></p> <p><b>Patata al ajillo</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>16</b> Lechuga, hoja de roble, tomate, maíz, lombarda</p> <p><b>Coditos napolitana</b></p> <p>(con tomate y hortalizas)(sin queso)</p> <p><b>JUDÍAS VERDES ECO salteadas</b></p> <p>Fruta</p>
<p><b>19</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>Lentejas con arroz</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Varitas de verduras</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>20</b> Lechuga, tomate, zanahoria</p> <p><b>Crema de patata</b></p> <p><b>MACARRONES ECO italiana</b></p> <p>(con tomate)(sin queso)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>21</b> Lechuga, tomate, lombarda</p> <p><b>Crema de calabaza al aroma de nuez moscada</b></p> <p><b>Pimiento relleno con CEBOLLA ECO</b></p> <p>(con arroz y hortalizas )(sin queso)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>22</b> Lechuga, tomate, zanahoria, olivas con vinagreta de fresa</p> <p><b>Arroz a la cubana</b></p> <p>(con tomate)</p> <p><b>Guisantes rehogados</b></p> <p>Fruta</p>	<p><b>23</b> Lechuga, tomate, lombarda, maíz</p> <p><b>Fabada vegetal</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Patatas panaderas</b></p> <p>(con pimiento y cebolla)</p> <p>Fruta</p>
<p><b>26</b> Lechuga, tomate, zanahoria, lombarda</p> <p><b>Sopa minestrone con letras</b></p> <p>(sopa de verduras)</p> <p><b>Calabacín relleno</b></p> <p>(con arroz y hortalizas )(sin queso)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>27</b> Lechuga, hoja de roble, tomate, lombarda</p> <p><b>Garbanzos de la huerta con CALABAZA ECO</b></p> <p>(con hortalizas)</p> <p><b>Tumbet mallorquín</b></p> <p>(patatas al horno con tomate y hortalizas)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>28</b> Lechuga, tomate, zanahoria, olivas</p> <p><b>Arroz caldoso con verduras</b></p> <p><b>Orly de verduras</b></p> <p>(rebozado casero)</p> <p>Fruta</p>	<p><b>29</b> Lechuga, tomate, remolacha, maíz</p> <p><b>Tornillos salteados con hortalizas</b></p> <p>(sin queso)</p> <p><b>Hamburguesa de falafel en salsa de cebolla con patatas fritas caseras</b></p> <p>(de garbanzos, hortalizas y especias)</p> <p>Sorbete de limón</p>	<p><b>30</b> Lechuga, tomate, lombarda</p> <p><b>Crema de guisantes y manzana</b></p> <p><b>Pizza vegetal</b></p> <p>(con tomate)(sin queso)</p> <p>Fruta</p>



Consulte los festivos con el calendario escolar de su centro correspondiente

