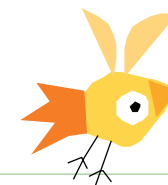


Menú de comedor ENERO 2012



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9	10	11	12	13
Espagueti con verdura y tomate	Lentejas con verduras y arroz	Ensaladilla Rusa	Sopa de cocido/Sopa de fideos con calabaza	Ensalada campera
San jacob de pavo o seitán empanado con patata		Merluza en salsa verde	Hamburguesa de avena	Garbanzos con quinoa y verdura
Fruta	Yogurt	Fruta	Yogurt	Fruta
16	17	18	19	20
Sopa de verduras con quinoa	Judías pintas con arroz y verdura	Crema de puerro y zanahoria	Caracolas con bechamel, verduras	Arroz con brócoli
Tortilla de patata		Lasagna de carne o tofu a la jardinera	y champignón	Empanada de bacalao y pisto
Fruta	Natillas	Fruta	Yogurt	Fruta
23	24	25	26	27
Puré de patatas con champiñones	Ensalada de macarrones	Potaje de garbanzos con verdura	Crema de puerro	Lentejas rojas con mijo
Escalopines vegetales	Filete plancha o seitán guisado con verduras al vapor	y arroz	Paella de marisco	Tortilla de calabacín
Compota de manzana	Fruta	Yogurt	Fruta	Natillas
30	31			
Menestra de verduras	Sopa de fideos			
Gallo frito con ensalada	Patatas guisadas con ternera o seitán			
Fruta	Yogurt			

Legumbres, cereales, lácteos y huevos ecológicos

Las ensaladas llevan: lechuga, manzana, maíz, aceitunas y frutos secos

Puede haber algún cambio en el menú debido a la estacionalidad de los productos o falta de existencias por parte de los proveedores

Los purés y cremas de verduras tienen incluida lenteja roja