

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 07</p> <p>Sopa de picadillo con estrellitas de ave con huevo</p> <p>Lomo sajonia en salsa con dados de zanahoria al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Pastel de patata y buñuelos de pescado. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz 01</p> <p>Macarrones italiana con tomate y queso</p> <p>Delicias de calamar</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Wok de verduras y ternera encebollada. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz 02</p> <p>Garbanzos con verduras con patata, zanahoria y pimiento rojo</p> <p>Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Brócoli paraíso y chuletas de baveo. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, tomate, remolacha, maíz 03</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno con ajo y perejil</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Calabaza especiada y huevos a la flamenca. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino 04</p> <p>Alubias campesinas con patata, zanahoria, calabacín y espinacas</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Focaccia al gusto y sardinas marinadas. Fruta</i></p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 07</p> <p>Sopa de picadillo con estrellitas de ave con huevo</p> <p>Lomo sajonia en salsa con dados de zanahoria al horno con salsa de hortalizas</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Pastel de patata y buñuelos de pescado. Fruta</i></p>	<p>Ensalada mediterránea lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas</p> <p>Paella valenciana con pollo, judía verde y garrofón</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Espinacas a la crema y tortilla de york. Fruta</i></p>	<p>Festivo</p> <p>9</p>	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 10</p> <p>Crema de guisantes y manzana</p> <p>Solomillo de pollo empanado</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Champiñones en salsa verde y pescado azul al papillote. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz 11</p> <p>Espirales al pesto con albahaca con tomate y queso</p> <p>Filete de merluza a la riojana al horno con salsa de cebolla y puerro</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Menestra de verduras i muslo de pollo al limón. Fruta</i></p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 14</p> <p>Lentejas a la jardinera con patata, zanahoria y calabacín</p> <p>Bacalao rebozado</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Tomate a la provenzal y lomo en salsa de queso. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino 15</p> <p>Arroz tres delicias con hortalizas, guisantes y pechuga de pavo</p> <p>Cazuelita de pavo con verduras al horno con salsa</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Escalivada y revuelto de huevo. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz, olivas 16</p> <p>Estofado de garbanzos con zanahoria, calabacín, cebolla y pimiento</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Crema de calabacín y sepia en salsa verde. Fruta</i></p>	<p>Sabores de la tierra Lechuga, zanahoria, maíz 17</p> <p>Tentación italiana Macarrones con tomate al toque de curry con queso</p> <p>Pollo argentino Muslo de pollo al estilo chimichurri (con mix de especias)</p> <p>Delicia tropical Gelatina</p> <p><i>CENA: Sopa de sémola y ternera en adobo casera. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz 18</p> <p>Vichysoise crema de patata y puerro</p> <p>Pizza de york y queso</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Ensalada caprese y pescado blanco a la vizcaina. Fruta</i></p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 21</p> <p>Sopa cubierta con estrellitas de ave con huevo</p> <p>Longanizas con tomate y verduras al aroma de tomillo al horno con tomate, pimiento y cebolla</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Timbar de verduras a la parmesana y picadillo andaluz. Fruta</i></p>	<p>Hummus con nachos 22</p> <p>Arroz de otoño con setas y calabaza</p> <p>Rodaja de merluza rebozada</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Patatas panadera y magro con tomate. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas 23</p> <p>Alubias a la hortelana con verduras</p> <p>Muslo de pollo en salsa de pera al horno</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Pimientos del padrón asados y huevos a la plancha. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, maíz, remolacha 24</p> <p>MACARRONES ECO a la provenza con tomate y verduras</p> <p>Salmón a la naranja al horno</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Menestra de verduras y pavo al limón. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, olivas 25</p> <p>Cassoulet de garbanzos con zanahoria, calabacín, cebolla y pimiento</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Berenjena con soja y miel, y pescado blanco al horno. Fruta</i></p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 28</p> <p>Crema de verduras campestre con patata, puerro, zanahoria y calabacín</p> <p>Lomo sajonia con salsa de cebolla al horno</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Milhojas de calabacín con queso y calamar a la plancha. Fruta</i></p>	<p>Ensalada completa lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo y olivas</p> <p>Espaguetis con salsa boloñesa gratinado con queso con carne picada de cerdo y tomate</p> <p>Yogur</p> <p><i>CENA: Judías verdes al pesto y roti de pavo asado. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz 30</p> <p>LENTEJAS ECO con sofrito de verduras con patata, cebolla, pimiento y zanahoria</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Milhojas de verduras y pescado blanco con salsa de puerro. Fruta</i></p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz 31</p> <p>Sopa de cocido casero con fideos de ave y cerdo con huevo y garbanzos</p> <p>Albondigas de merluza guisadas con patatas dado al horno con salsa</p> <p>Fruta de temporada</p> <p><i>CENA: Hervido valenciano y revuelto de ajos tiernos. Fruta</i></p>	

De vuelta a la colmena

Sabores de la tierra

Sabías que...

OCTUBRE FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, plátano, pera, caqui, ciruela, nectarina

Consejos saludables

Con la llegada de Octubre nos llegan nuevos productos con los que podemos aderezar nuestros platos con nuevos sabores y aromas. ¿A qué esperas para probarlos?

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

Valor nutricional

(Promedio diario de la comida del medio día)

Energía	Grasas	ACS	ACM	AGP
3573kj				
854kcal	36.3g	7.1g	11.3g	14.3g
Hidratos de Carbono	Azúcares	Proteínas	Sal	
93g	23.0g	31.4g	2.9g	

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p><small>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</small></p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz 01</p> <p>Macarrones italiana con tomate y queso</p> <p>Delicias de calamar</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz 02</p> <p>Garbanzos con verduras con patata, zanahoria y pimiento rojo</p> <p>Tortilla de patata y calabacín</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, remolacha, maíz 03</p> <p>Arroz con salsa de tomate</p> <p>Filete de abadejo al horno con ajo y perejil</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino 04</p> <p>Alubias campesinas con patata, zanahoria, calabacín y espinacas</p> <p>Hamburguesa de coliflor y queso</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 07</p> <p>Sopa minestrone con fideos sopa de verduras</p> <p>Quinoa salteada con hortalizas</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Ensalada mediterránea lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo duro y olivas</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>9</p> <p>Festivo</p>	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 10</p> <p>Crema de guisantes y manzana</p> <p>Rollito de primavera con guarnición de arroz</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz 11</p> <p>Espirales al pesto con albahaca con tomate y queso</p> <p>Filete de merluza a la riojana al horno con salsa de cebolla y puerro</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 14</p> <p>Lentejas a la jardinera con patata, zanahoria y calabacín</p> <p>Bacalao rebozado</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino 15</p> <p>Arroz con verduras con calabacín, champiñón, zanahoria</p> <p>Filete de abadejo al vapor</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz, olivas 16</p> <p>Estofado de garbanzos con zanahoria, calabacín, cebolla y pimiento</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ Sabores de la tierra Lechuga, zanahoria, maíz ★ Tentación italiana Macarrones con tomate al toque de curry con queso ★ Delicia tropical Gelatina 	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz 18</p> <p>Vichysoise crema de patata y puerro</p> <p>Pizza vegetal con tomate</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 21</p> <p>Sopa juliana con letras sopa de verduras</p> <p>Hamburguesa falafel con salsa de tomate al horno</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Humus con nachos 22</p> <p>Arroz de otoño con setas y calabaza</p> <p>Rodaja de merluza rebozada</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas 23</p> <p>Alubias a la hortelana con verduras</p> <p>Judías verdes salteadas con guarnición de arroz</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, remolacha 24</p> <ul style="list-style-type: none"> eco MACARRONES ECO a la provenza con tomate y verduras 3 Salmón a la naranja al horno <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, olivas 25</p> <p>Cassoulet de garbanzos con zanahoria, calabacín, cebolla y pimiento</p> <p>Tortilla de patata y cebolla</p> <p>Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz 28</p> <p>Crema de verduras campestre con patata, puerro, zanahoria y calabacín</p> <p>Guisantes salteados con guarnición de arroz</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>29</p> <p>Ensalada completa lechuga, tomate, zanahoria, maíz, atún, huevo y olivas</p> <p>Espaguetis italiana con tomate</p> <p>Yogur</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz 30</p> <p>LENTEJAS ECO con sofrito de verduras con patata, cebolla, pimiento y zanahoria</p> <p>Tortilla de patata</p> <p>Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz 31</p> <p>Sopa minestrone con fideos sopa de verduras</p> <p>Albondigas de merluza guisadas con patatas dado al horno con salsa</p> <p>Fruta de temporada</p>	

De vuelta a la colmena

Sabores de la tierra

Sabías que...

OCTUBRE FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, plátano, pera, caqui, ciruela, nectarina

Consejos saludables

Con la llegada de Octubre nos llegan nuevos productos con los que podemos aderezar nuestros platos con nuevos sabores y aromas. ¿A qué esperas para probarlos?

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p><small>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</small></p> <p>01 Lechuga, remolacha, pepino, maíz Macarrones "sin gluten" italiana con tomate Filete de merluza al limón al horno Fruta de temporada</p>	<p>02 Lechuga, zanahoria, maíz Garbanzos con verduras Jamón serrano Fruta de temporada</p>	<p>03 Lechuga, tomate, remolacha, maíz Arroz con salsa de tomate Abadejo al horno con ajo y perejil Fruta de temporada</p>	<p>04 Lechuga, remolacha, pepino Alubias campesinas con verduras Hamburguesa de ave con samfaina al horno en salsa de tomate y hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>05 Lechuga, zanahoria, maíz Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Filete de merluza a la riojana al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>
<p>06 Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Lomo asado con zanahoria al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>07 Ensalada mediterránea lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Arroz con pollo Fruta de temporada</p>	<p>08 Festivo</p>	<p>09 Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Crema de guisantes Pechuga de pollo en su jugo Fruta de temporada</p>	<p>10 Lechuga, zanahoria, maíz Macarrones "sin gluten" al pesto de albahaca con tomate Filete de merluza a la riojana al horno con salsa de hortalizas Fruta de temporada</p>
<p>11 Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Hervido valenciano con patata, zanahoria y cebolla (sin judías verdes) Filete de merluza al horno Fruta de temporada</p>	<p>12 Lechuga, remolacha, pepino Arroz con verduras con calabacín, champiñón, zanahoria Cazuelita de pavo con verduras al horno Fruta de temporada</p>	<p>13 Lechuga, zanahoria, maíz, olivas Estofado de garbanzos con verduras Jamón serrano Fruta de temporada</p>	<p>14 Sabores de la tierra Lechuga, zanahoria, maíz Macarrones "sin gluten" salteados con hortalizas Muslo de pollo al estilo chimichurri con mix de especias Delicia tropical Gelatina</p>	<p>15 Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Vichysoise crema de patata y puerro Pizza de jamón serrano "sin gluten" con tomate Fruta de temporada</p>
<p>16 Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Longanizas de ave con tomate y verduras al aroma de tomillo al horno con tomate y hortalizas Fruta de temporada</p>	<p>17 Hummus Arroz de otoño con setas Filete de merluza al limón al horno Fruta de temporada</p>	<p>18 Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Alubias a la hortelana con hortalizas Muslo de pollo asado al horno Fruta de temporada</p>	<p>19 Lechuga, maíz, remolacha Macarrones "sin gluten" a la provenza con tomate y verduras Salmón en su jugo al horno Fruta de temporada</p>	<p>20 Lechuga, zanahoria, remolacha, olivas Cassoulet de garbanzos con hortalizas Jamón serrano Fruta de temporada</p>
<p>21 Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Crema de verduras campestres Lomo en salsa de cebolla al horno Fruta de temporada</p>	<p>22 Ensalada completa lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Espaguetis "sin gluten" salteados con pollo con tomate Delicia tropical Gelatina</p>	<p>23 Lechuga, remolacha, pepino, maíz Salteado de verduras con quinoa Jamón serrano Fruta de temporada</p>	<p>24 Lechuga, zanahoria, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Filete de merluza al caldo corto Fruta de temporada</p>	<p>25 Lechuga, zanahoria, remolacha, olivas Cassoulet de garbanzos con hortalizas Jamón serrano Fruta de temporada</p>
<p>26 Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Crema de verduras campestres Lomo en salsa de cebolla al horno Fruta de temporada</p>	<p>27 Ensalada completa lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Espaguetis "sin gluten" salteados con pollo con tomate Delicia tropical Gelatina</p>	<p>28 Lechuga, remolacha, pepino, maíz Salteado de verduras con quinoa Jamón serrano Fruta de temporada</p>	<p>29 Lechuga, zanahoria, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Filete de merluza al caldo corto Fruta de temporada</p>	<p>30 Lechuga, zanahoria, remolacha, olivas Cassoulet de garbanzos con hortalizas Jamón serrano Fruta de temporada</p>
<p>31 Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Crema de verduras campestres Lomo en salsa de cebolla al horno Fruta de temporada</p>	<p>32 Ensalada completa lechuga, tomate, zanahoria, maíz y olivas Espaguetis "sin gluten" salteados con pollo con tomate Delicia tropical Gelatina</p>	<p>33 Lechuga, remolacha, pepino, maíz Salteado de verduras con quinoa Jamón serrano Fruta de temporada</p>	<p>34 Lechuga, zanahoria, maíz Sopa de ave con fideos "sin gluten" Filete de merluza al caldo corto Fruta de temporada</p>	<p>35 Lechuga, zanahoria, remolacha, olivas Cassoulet de garbanzos con hortalizas Jamón serrano Fruta de temporada</p>

De vuelta a la colmena

Sabores de la tierra

Sabías que...

OCTUBRE FRUTA DE TEMPORADA: Manzana, plátano, pera, caqui, ciruela, nectarina

Consejos saludables

Con la llegada de Octubre nos llegan nuevos productos con los que podemos aderezar nuestros platos con nuevos sabores y aromas. ¿A qué esperas para probarlos?

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
<p><small>INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS/INTOLERANTES/NECESIDADES ESPECIALES: Este menú no es apto para personas que padecen alergias o intolerancias alimentarias ya que contiene los alérgenos más comunes en la población (RE 1169/2011, anexo ii). Informe a la dirección del comedor, aportando el certificado médico para que el responsable solicite a diario un menú diseñado y cocinado atendiendo a dicha prescripción. Nota: en caso de necesidad especial puede solicitar a su centro los alérgenos que componen los platos servidos.</small></p> <p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Pasta hervida • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz Pasta hervida • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz Arroz blanco al horno • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, remolacha, maíz Arroz hervido • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino Pasta hervida • Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Pasta hervida • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Arroz blanco al horno • Fruta de temporada</p>	<p>Festivo</p>	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Arroz hervido • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz Pasta hervida • Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Pasta hervida • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino Arroz hervido • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz, olivas Arroz blanco al horno • Fruta de temporada</p>	<p>★ Sabores de la tierra Lechuga, zanahoria, maíz Pasta hervida • ★ Delicia tropical Gelatina</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Arroz hervido • Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Pasta hervida • Fruta de temporada</p>	<p>Hummus con nachos Arroz blanco al horno • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, olivas Arroz hervido • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, maíz, remolacha Pasta hervida • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, olivas Pasta hervida • Fruta de temporada</p>
<p>Lechuga, zanahoria, remolacha, maíz Arroz hervido • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, tomate, zanahoria, maíz Pasta hervida • Yogur</p>	<p>Lechuga, remolacha, pepino, maíz Arroz blanco al horno • Fruta de temporada</p>	<p>Lechuga, zanahoria, maíz Pasta hervida • Fruta de temporada</p>	

De vuelta a la colmena

Sabores de la tierra

Sabías que...

OCTUBRE FRUTA DE TEMPORADA:
Manzana, plátano, pera, caqui, ciruela, nectarina

Consejos saludables

Con la llegada de Octubre nos llegan nuevos productos con los que podemos aderezar nuestros platos con nuevos sabores y aromas. ¿A qué esperas para probarlos?

- Ingredientes ECO
- Pescado sostenible
- De temporada
- Fuente de omega 3
- Gastronomía local
- Sugerencia CENA
- Proteína vegetal
- Día menú temático
- Día susceptible de festivo, consulta con tu centro.



MENÚ OCTUBRE

Sabores de la tierra

(Lechuga, zanahoria, maíz)

Tentación italiana

(Macarrones con tomate al toque de curry)

Pollo argentino

(Muslo de pollo al estilo chimichurri)

Delicia tropical

(Gelatina de sabores)



En Octubre, **ABJota** descubre un antiguo mapa que la llevará a **explorar los cinco continentes.**





MENÚ OCTUBRE

Sabors de la terra
(Lletuga, safanòria, dacsa)

Temptació italiana
(Macarrons amb tomaca al toc de curri)

Pollastre argentí
(Cuixa de pollastre a l'estil chimichurri)

Delícia tropical
(Gelatina de sabors)



A l'octubre, **ABJota** descobreix un antic mapa que la portarà a **explorar els cinc continents**

