

MENÚ OCTUBRE 22

NO CARNE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p style="text-align: right;">3</p> <p>Pan-Lechuga, tomate, pepino y remolacha</p> <p style="text-align: center;">Arroz DE VERDURAS</p> <p>Merluza a la plancha con brocoli salteado</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">4</p> <p>Pan- Lechuga, tomate, manzana, pasas</p> <p>Hervido valenciano o crema</p> <p style="text-align: center;">Croquetas de espinacas y garbanzos salteados</p> <p style="text-align: center;">Mousse</p>	<p style="text-align: right;">5</p> <p>Pan- Lechuga, carlota, canónigos, nueces</p> <p>Sopa de cocido (con caldo de verduras)</p> <p>Tortilla de Patatas con tomate natural</p> <p style="text-align: center;">Fruta Eco</p>	<p style="text-align: right;">6</p> <p>Pan-Lechuga, maíz, cebollita tierna, olivas</p> <p>Alubias pintas</p> <p style="text-align: center;">Panini de hortalizas Eco asadas</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">7</p> <p>Pan-Frutos Secos</p> <p style="text-align: center;">Macarrones integrales provenzal Tomate, champiñón, hierbas provenzales, queso</p> <p>Caballa en escabeche con Ensalada</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>
<p style="text-align: right;">10</p> <p>Lechuga, tomate, espárragos, aceitunas verdes Pan Espaguetis Basilico <small>(Cebolla, ajo, albahaca. Tomate entero, orégano)</small></p> <p>Tortilla de calabacín Eco con queso manchego</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">11</p> <p>Pan- Lechuga, tomate, cebolla crujiente, pipas</p> <p>Sopa Ave (con caldo de verduras)</p> <p style="text-align: center;">Tofu salteado con y repollo al pimentón</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">12</p> <p style="text-align: center;">FIESTA</p>	<p style="text-align: right;">13</p> <p>Pan integral-Lechuga, repollo, soja, carlota</p> <p>Arroz a la cubana</p> <p>Carbonero Orloff con dados de Calabaza Eco</p> <p style="text-align: center;">Yogurt</p>	<p style="text-align: right;">14</p> <p>Pan- Lechuga, queso, tomate, maíz, cebolla</p> <p>Potaje de garbanzos</p> <p style="text-align: center;">Rollitos primavera con pisto</p> <p style="text-align: center;">Fruta eco</p>
<p style="text-align: right;">17</p> <p style="text-align: center;">MEAT FREE MONDAY</p> <p>Pan- lechuga, brotes, pera, queso</p> <p>Fideua de champiñones vegetal <small>(soja texturizada)</small></p> <p>Tortilla francesa con palomitas de coliflor</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">18</p> <p>Pan- Lechuga, tomate, olivas, cebolla</p> <p>Lentejas juliana</p> <p>Pizza marinera</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">19</p> <p>Pan-Lechuga, tomate, sardinillas, maíz</p> <p style="text-align: center;">Sopa de fideos (con caldo de verduras)</p> <p style="text-align: center;">Albóndigas veganas y dados de patata al horno</p> <p style="text-align: center;">Yogurt de beber</p>	<p style="text-align: right;">20</p> <p>Pan- Crema de queso con galletitas saladas</p> <p>Arroz "en fesols i naps" (sin carne)</p> <p>Calamar andaluza Ensalada Eco</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">21</p> <p>Pan-Lechuga, tomate, carlota, apio</p> <p>Crema de guisantes con tostones integrales</p> <p style="text-align: center;">Verduras al curry con cous-cous</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>
<p style="text-align: right;">24</p> <p>Lechuga, tomate, cacahuetes, manzana Pan</p> <p style="text-align: center;">Hervido valenciano</p> <p>Tortilla de Cebolla Eco con queso</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">25</p> <p>Humus con picos</p> <p>Paella de verduras</p> <p>Boquerón Orly y Ensalada americana Eco</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">26</p> <p style="text-align: center;">DIA DE HALLOWEEN</p> <p>Pan- Ensalada halloween (no carne)</p> <p>Pasta terrorífica (no carne)</p> <p style="text-align: center;">Tempura de verduras con Fantasmitas (Palomitas de maíz)</p> <p style="text-align: center;">Ojos de monstruos</p>	<p style="text-align: right;">27</p> <p>Pan-Lechuga, tomate, maíz, olivas, cebolla</p> <p>Fabada vegetal</p> <p>Merluza al horno con patatas panaderas al horno</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>	<p style="text-align: right;">28</p> <p>Escarola, tomate, granada, nueces y zanahoria</p> <p style="text-align: center;">Pan integral Sopa Maravilla (con caldo de verduras) Huevo revuelto y bravas de zanahoria</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>
<p style="text-align: right;">31</p> <p>Lechuga, tomate, carlota y cebolla crujiente Pan</p> <p>Espirales con bechamel de espinacas</p> <p>Crunch de Eglefino con tomate</p> <p style="text-align: center;">Fruta</p>				