

MENÚ DE OCTUBRE DE 2019

M 1	GAZPACHO CREMA DE PUERROS CINTA DE LOMO IBÉRICA A LA PLANCHA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	X 2	GAZPACHO POTAJE DE GARBANZOS SALMÓN A LA PLANCHA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	J 3	GAZPACHO SOPA DE MARISCO CONTRA DE TERNERA AL ASADA AL HORNO PURÉ DE MANZANA PATATAS ASADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA EN ALMÍBAR	V 4	GAZPACHO ENSALADILLA RUSA BOQUERONES A LA ANDALUZA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS YOGURES Y NATILLAS		
L 7	GAZPACHO ESPAGUETIS BOLOÑESA FILETES DE LOMO A LA PLANCHA VERDURAS VARIADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	M 8	GAZPACHO CREMA DE CALABACINES ALBÓNDIGAS CASERAS (POLLO, CERDO Y TERNERA) VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA EN ALMÍBAR	X 9	GAZPACHO LENTEJAS ESTOFADAS LENGUADO VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	J 10	GAZPACHO SOPA DE PICADILLO POLLO ASADO AL LIMÓN PATATAS ASADAS VERDURA SALTEADA BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	V 11	GAZPACHO PAELLA MIXTA CALAMARES A LA ROMANA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS YOGURES Y NATILLAS
L 14	GAZPACHO LASAÑA FILETES DE TERNERA A LA PLANCHA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	M 15	GAZPACHO CREMA DE CALABAZA CARRILLADA CON CHAMPIÑONES BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	X 16	GAZPACHO LENTEJAS CON CHORIZO ROSADA EN ADOBO VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	J 17	GAZPACHO SOPA DE FIDEOS CROQUETAS DE LA ABUELA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA EN ALMÍBAR	V 18	GAZPACHO CAZUELA DE PATATAS CON ALMEJAS BOQUERONES REBOZADOS VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS YOGURES Y NATILLAS
L 21	GAZPACHO MACARRONES CARBONARA SALCHICHAS DE PAVO VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	M 22	GAZPACHO CREMA DE PUERROS HAMBURGUESAS CASERAS PATATAS ESPAÑOLAS VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA EN ALMÍBAR	X 23	GAZPACHO JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS SALMÓN A LA PLANCHA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	J 24	GAZPACHO SOPA DE MARISCO ALITAS DE POLLO PINCHITOS DE POLLO VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	V 25	GAZPACHO PAELLA MIXTA LENGUADO A LA PLANCHA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS YOGURES Y NATILLAS
L 28	GAZPACHO TALLARINES BOLOÑESA FILETES DE LOMO IBÉRICO A LA PLANCHA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	M 29	GAZPACHO CREMA DE VERDURAS ALBÓNDIGAS CASERAS (CERDO, POLLO Y TERNERA) PATATAS ASADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	X 30	GAZPACHO LENTEJAS ESTOFADAS MERLUZA EN SALSA VERDE ROSADA A LA ROMANA VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA VARIADA	X 31	GAZPACHO COCIDO CON GARBANZOS PAVO RELLENO CON SALSA DE ARÁNDANOS VERDURAS SALTEADAS BUFFET DE ENSALADAS FRUTA EN ALMÍBAR		

MERIENDAS (INFANTIL Y PRIMER CICLO DE PRIMARIA)

LUNES	MOLLETE CON ACEITE DE OLIVA O PAVO LECHE CON CACAO	MARTES	FRUTA DE TEMPORADA (MANZANAS Y PERAS)	MIÉRCOLES	MOLLETE DE CREMA DE QUESO	JUEVES	FRUTA DE TEMPORADA (MANZANAS Y PERAS)
--------------	---	---------------	--	------------------	---------------------------	---------------	--

SUGERENCIAS PARA LA CENA

M 1	ENSALADA MIXTA, TORTILLA DE QUESO, YOGURT	X 2	CREMA DE CALABACÍN, FRUTA Y VASO DE LECHE	J 3	REVUELTO DE ESPÁRRAGOS, PICADILLO DE TOMATE, FRUTA	V 4	PURÉ DE VERDURA, CARNE A LA PLANCHA, FRUTA
L 7	ENSALADA DE ESPINACAS, DORADA AL HORNO Y FRUTA	M 8	VERDURA, PESCADO, FRUTA Y VASO DE LECHE	X 9	CREMA DE CALABACÍN, FRUTA Y YOGURT	J 10	ENSALADA MIXTA, FRUTA Y QUESO
L 14	VERDURA, PESCADO, FRUTA	M 15	REVUELTO DE ESPÁRRAGOS, PICADILLO DE TOMATE, FRUTA	X 16	FILETES RUSOS, FRUTA Y VASO DE LECHE	J 17	ENSALADA MIXTA, FRUTA Y QUESO
L 21	ENSALADA DE ESPINACAS, DORADA AL HORNO Y FRUTA	M 22	ENSALADA MIXTA, TORTILLA DE QUESO, YOGURT	X 23	PURÉ DE VERDURA, CARNE A LA PLANCHA, FRUTA	J 24	PURÉE, FRIED PORK LOIN, FRUIT
L 28	VERDURA, PESCADO, FRUTA	M 29	BRÓCOLI HERVIDO, LENGUADO A LA PLANCHA, FRUTA Y VASO DE LECHE	X 30	ENSALADA MIXTA, FRUTA Y QUESO	X 31	ENSALADA DE ESPINACAS, DORADA AL HORNO Y FRUTA

OCTOBER MENU 2019

	T 1	GAZPACHO CREAM OF LEEK SOUP GRILLED PORK TENDERLOIN SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	W 2	GAZPACHO CHICKPEA STEW GRILLED SALMON SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	Th 3	GAZPACHO SEAFOOD SOUP ROAST BEEF WITH APPLE SAUCE BAKED POTATOES SALAD BUFFET FRUIT IN SYRUP	F 4	GAZPACHO POTATOE SALAD BATTERED ANCHOVIES SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET YOGHURTS AND CUSTARD		
M 7		GAZPACHO SPAGUETTI BOLOGNESE GRILLED PORK STEAK MIXED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	T 8	GAZPACHO CREAM OF ZUCCHINI SOUP HOMEMADE MEATBALLS (CHICKEN, PORK, BEEF) SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET FRUIT IN SYRUP	W 9	GAZPACHO LENTIL STEW GRILLED SOLE FISH SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	Th 10	GAZPACHO GARNISHED CHICKEN SOUP LEMON ROASTED CHICKEN BAKED POTATOES SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	F 11	GAZPACHO MIXED PAELLA BATTERED SQUID (CALAMARES) SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET YOGHURTS AND CUSTARD
M 14		GAZPACHO LASAGNA GRILLED BEEF STEAK SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	T 15	GAZPACHO CREAM OF PUMPKIN SOUP PORK TENDERLOIN WITH MUSHROOM SAUCE SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	W 16	GAZPACHO LENTIL STEW WITH SPANISH SAUSAGE BATTERED PIKNROCK FISH SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	Th 17	GAZPACHO NOODLE SOUP HOMEMADE CROQUETTES SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET FRUIT IN SYRUP	F 18	GAZPACHO CLAMS AND POTATOES STEW BATTERED ANCHOVIES SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET YOGHURTS AND CUSTARD
M 21		GAZPACHO MACARRONI CARBONARA TURKEY SAUSAGES SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	T 22	GAZPACHO CREAM OF LEEK SOUP HOMEMADE HAMBURGERS SPANISH POTATOES SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	W 23	GAZPACHO WHITE BEANS STEW GRILLED SALMON SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	Th 24	GAZPACHO SEAFOOD SOUP CHICKEN WINGS AND SKEWERS PINCHITOS DE POLLO SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	F 25	GAZPACHO MIXED PAELLA GRILLED FILLET OF SOLE SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET YOGHURTS AND CUSTARD
M 28		GAZPACHO NOODLES BOLOGNESE GRILLED IBERIAN PORK STEAK SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	T 29	GAZPACHO CREAM OF VEGETABLES SOUP HOMEMADE HAMBURGERS (PORK, CHICKEN, BEEF) BAKED POTATOES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	W 30	GAZPACHO LENTIL STEW HAKE IN GREEN SAUCE BATTERED PINKROCK FISH SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET SEASONAL FRUIT	Th 31	GAZPACHO BROILED MEATS AND CHICKPEAS SOUP STUFFED TURKEY WITH CRAMBERRY SAUCE SAUTÉED VEGETABLES SALAD BUFFET FRUIT IN SYRUP		

SALAD BUFFET: LETTUCE, TOMATOES, CORN, TUNA FISH, CUCUMBER, CARROTS, BEETROOTS.

TEA (PRE-SCHOOL AND FIRST CYCLE OF PRIMARY EDUCATION)

MONDAY

BREAD ROLL WITH OLIVE OIL OR TURKEY CHOCOLATE MILK

TUESDAY

SEASONAL FRUIT (APPLES AND PEARS)

WEDNESDAY

BREAD ROLL WITH CREAM CHEESE

THURSDAY

SEASONAL FRUIT (APPLES AND PEARS)

DINNER SUGGESTION

	T 1	MIXED SALAD, CHEESE OMELETTE, YOGHURT	W 2	CREAM OF COURGETTER, FRUIT AND A GLASS OF MILK	Th 3	SCRAMBLED ASPARAGUS, TOMATO SALAD, FRUIT	F 4	VEGETABLE PURÉE, GRILLED MEAT, FRUIT
M 7	T 8	SPINACH SALAD, ROAST DORADA, FRUIT	W 9	CREAM OF COURGETTER, FRUIT, YOGHURT	Th 10	MIXED SALAD, FRUIT AND CHEESE	W 11	RUSSIAN FILLETS, FRUIT AND A GLASS OF MILK
M 14	T 15	VEGETABLES, FISH, FRUIT	W 16	RUSSIAN FILLETS, FRUIT AND A GLASS OF MILK	Th 17	MIXED SALAD, FRUIT AND CHEESE	W 18	HOMEMADE PIZZA AND FRUIT
M 21	T 22	SPINACH SALAD, ROAST DORADA, FRUIT	W 23	VEGETABLE PURÉE, GRILLED MEAT, FRUIT	Th 24	PURÉE, FRIED PORK LOIN, FRUIT	W 25	VEGETABLES, FISH, FRUIT
M 28	T 29	VEGETABLES, FISH, FRUIT	W 30	MIXED SALAD, FRUIT AND CHEESE	W 31	SPINACH SALAD, ROAST DORADA, FRUIT		