



COLEGIO MIRALMONTE

SIN HUEVO, SIN POLLO

oct-23



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada con fruta	Ensalada de verduras de temporada
Macarrones ecológicos con tomate, champiñón y zanahoria	Garbanzos estofados con chorizo	Arroz a la hortelana	Crema de calabaza y boniato	Empedrado de legumbres (alubias, arroz)
Hamburguesa (no pollo) con queso	Bacalao con pisto	Guisantes salteados con tomate, cebolla y jamón	Merluza al limón con patatas	Tosta de tomate y atún
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
9	10	11	12	13
Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Festivos	
Arroz con tomate	Espaguetis sin huevo a la carbonara vegetal	Lentejas a la jardinera		
Tortilla vegana con maíz salteado	Pescado a la plancha con ajo y perejil	Merluza a la vizcaína		
Fruta	Fruta	Fruta		
16	17	18	19	20
Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada con fruta	Ensalada completa (lechuga, tomate, maíz y queso fresco)	Ensalada de verduras de temporada
Patatas cremosas gratinadas	Crema de puerros y zanahoria	Sopa de fideos sin huevo	Arroz del senyoret	Alubias pintas con verduras
Gallo San Pedro al limón con judías verdes	Pizza de jamón york y queso	Magro con verdura y garbanzos del cocido	Parrillada de verduras	Tortilla de patatas vegana con montadito de aceite, sal y pimentón
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur	Fruta
23	24	25	26	27
Ensalada de verduras de temporada	Ensalada de verduras de temporada	Hummus de garbanzos con picos	Ensalada de verduras de temporada	Ensalada con fruta
Sopa juliana (con fideos sin huevo)	Lentejas ecológicas con verduras	Lasaña boloñesa (pasta sin huevo, no pollo)	Crema de calabacín ecológico	Marmitako de pescado
Magro en salsa con patatas	Merluza al horno con base de tomate frito casero y cebollita pochada		Pescado en salsa mery con champiñones	Guisantes salteados con tomate, cebolla
Fruta	Fruta		Yogur	Fruta
30	MENÚ HALLOWEEN			
Ensalada de verduras de temporada				
Crema bretona (alubias y puerro)				
Calamares enharinados caseros con mazorca de maíz				
Fruta				