

OCTUBRE 2025

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
		<p><b>1</b></p> <p>Guisantes salteados Tortilla francesa con ensalada Pan, p. lácteo y agua 790 Kcal.</p>	<p><b>2</b></p> <p>Judías verdes con patatas Salmón en salsa de puerros  Pan, fruta y agua 740 Kcal.</p>	<p><b>3</b></p> <p>Arroz con tomate Pechugas a la plancha con ensalada Pan, fruta y agua 750 Kcal.</p>
<p><b>6</b></p> <p>Crema de zanahoria Hamburguesas con ensalada de tomate Pan, fruta y agua 790 kcal.</p>	<p><b>7</b></p> <p>Judías con arroz Salmón al horno con puré de patata Pan, fruta y agua 790 Kcal.</p>	<p><b>8</b></p> <p>Sopa de cocido Pechugas de pollo a la milanesa con lechuga Pan, p. lácteo y agua. 700 Kcal.</p>	<p><b>9</b></p> <p>Arroz con tomate y huevo Merluza al horno con ensalada de lechuga y tomate Pan, fruta y agua 750 kcal.</p>	<p><b>10</b></p> <p>Judías verdes Ternera guisada con verduras Pan, fruta y agua 740 kcal.</p>
<p><b>13</b></p> <p><b>FESTIVO</b></p>	<p><b>14</b></p> <p>Acelgas rehogadas Albóndigas de pescado en salsa de puerros Pan, fruta y agua. 700 kcal.</p>	<p><b>15</b></p> <p>Sopa de fideos Tortilla de patata con ensalada Pan, p. lácteo y agua. 720 Kcal.</p>	<p><b>16</b></p> <p>Crema de calabacín Ternera guisada con tomate natural Pan, fruta y agua. 750 Kcal.</p>	<p><b>17</b></p> <p>Garbanzos con zanahoria Salmón al horno con patatas panderas Pan, fruta y agua 810 Kcal.</p>
<p><b>20</b></p> <p>Borrajitas con patatas Lomo con ensalada de atún y maíz Pan, gelatina y agua. 750 Kcal.</p>	<p><b>21</b></p> <p>Macarrones boloñesa Bacalao a la riojana con lechuga Pan, fruta y agua. 710 kcal.</p>	<p><b>22</b></p> <p>Crema de calabaza Pollo asado con patatas al horno y lechuga Pan, p. lácteo y agua 750 Kcal.</p>	<p><b>23</b></p> <p>Judías blancas en salsa Merluza con salsa de verduras Pan, fruta y agua. 800 Kcal.</p>	<p><b>24</b></p> <p>Arroz con carne Tortilla francesa con ensalada Pan, fruta y agua 790 Kcal.</p>
<p><b>27</b></p> <p>Sopa de cocido Muslos de pollo con ensalada de tomate Pan, fruta y agua 760 Kcal.</p>	<p><b>28</b></p> <p>Judías verdes con patatas Salmón al horno con lechuga Pan, fruta y agua 790 Kcal.</p>	<p><b>29</b></p> <p>Arroz de verduras Salchichas con tomate natural Pan, p. lácteo y agua 799 Kcal.</p>	<p><b>30</b></p> <p>Crema de calabacín Melosa guisada con champiñones Pan, fruta y agua 780 kcal.</p>	<p><b>31</b></p> <p>Lentejas a la riojana Rape con ensalada de lechuga maíz Pan, fruta y agua 780 kcal.</p>

## RECOMENDADOR DE CENAS

### COMIDA



### CENA

