

11 - SIN CERDO Estricta

CATERING ZAMORA
octubre-26

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			01	02
			Sopa de ave con fideos Garbanzos estofados Fruta fresca y pan integral	Brócoli con patatas y pimentón Jamonicitos de pollo al horno ts Yogur y pan
05	06	07	08	09
macarrones integrales a la napolitana Albóndigas vegetales en salsa de verduras Fruta fresca y pan	Arroz campesina Salmón al horno Lechuga con maíz Fruta fresca y pan integral	Alubias pintas estofadas Tortilla de patata Fruta fresca y pan	Crema de verduras (batata, calabacín, zanahoria y acelaa) Abadejo en su jugo Fruta fresca y pan integral	Lentejas a la hortelana Merluza al horno con ajo y perejil Ensalada de lechuga Yogur y pan
12	13	14	15	16
FESTIVO	Coliflor en salsa de paprika Coditos boloñesa vegetal con tomate Fruta fresca y pan integral	Lentejas estofadas con patata y zanahoria Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan	Arroz con salsa de tomate natural Filete de merluza en salsa verde Lechuga con maíz Fruta fresca y pan integral	Sopa de ave con fideos Garbanzos estofados Yogur y pan
19	20	21	22	23
Judías verdes con patatas Guiso de lentejas hortelana Fruta fresca y pan	Crema de verduras (batata, calabacín, zanahoria y acelaa) Pollo en salsa barbacoa Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan integral	Macarrones integrales con salsa de tomate Abadejo al horno con picada de ajo y perejil Lechuga con maíz Fruta fresca y pan	Garbanzos estofados Tortilla de patata Ensalada de lechuga y zanahoria Fruta fresca y pan integral	Arroz c/zanahoria Atún con salsa de tomate Yogur y pan
26	27	28	29	30
Lentejas estofadas con patata y zanahoria Tortilla francesa Ensalada de lechuga Fruta fresca y pan	Arroz campesina Merluza a la crema con finas hierbas Ensalada de lechuga y tomate Fruta fresca y pan integral	Sopa de ave con fideos Garbanzos estofados Fruta fresca y pan	Menestra (zanahoria, guisante, coliflor, judía verde) con patatas Filete ruso de ternera con tomate Fruta fresca y pan integral	NO LECTIVO