

## MENÚ OCTUBRE 2018

### Semana 1-5 de octubre de 2018

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Crema de Zanahoria	Ensalada de <b>quinoa</b> , pepino y manzana	Sopa de calabacín y limón	<b>Tabulé*</b> de tomate y pepino	Sopa de puerros
<b>Arroz</b> con Pisto y <b>Huevo</b> duro*	<b>Acelgas</b> con salsa de puerro y pasas con patatas	<b>Lentejas</b> estofadas con <b>arroz</b>	<b>Tortilla</b> de patata* y calabacín	<b>Pasta</b> boloñesa de soja
Fruta	Yogur*	Fruta	Batido de chocolate*	Fruta
<i>Huevo</i>	<i>Lactosa</i>		<i>Glutén, Huevo y Lactosa</i>	<i>Gluten y Soja</i>

### Semana 8-12 de octubre de 2018

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Ensalada de <b>Mijo</b> y fideos de calabacín	Crema de calabacín	Ensaladas de Zanahoria y pasas	FESTIVO	
<b>Lentejas</b> con boniatos asados	<b>Arroz</b> caldoso con verduras asadas	<b>Pasta</b> con crema de pimientos asados		
Fruta	Batido de chocolate	Fruta		
	<i>Lactosa</i>	<i>Gluten</i>		

### Semana 15 al 19 de octubre de 2018

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<b>Tabulé*</b> de pepino y manzana	Crema de zanahoria y naranja	Sopa de <b>Fideos*</b> y verduras	Ensalada, Tomate y Pepino	Sopa de calabacín
Lentejas	<b>Tortilla</b> de patata	<b>Arroz</b> frito tres delicias*	Alubias estofadas con calabaza	<b>Pasta*</b> con salsa de tomate y berenjena asada
Fruta	Batido de Chocolate*	Fruta	Yogur*	Fruta
<i>Gluten</i>	<i>Huevo y Lactosa</i>	<i>Glutén, Huevo y Soja</i>	<i>Lactosa</i>	<i>Glutén</i>

**Semana 22 al 26 de octubre de 2018**

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Sopa de calabaza y <b>Quinoa</b>	Ensalada de col y zanahoria	Sopa de minestrone*	Ensalada de manzana	Crema de hinojo
<b>Lentejas</b> con arroz	<b>Acelgas</b> con tomate y <b>huevo</b> duro*	Pastel de patata y calabaza*	<b>Garbanzos con arroz</b>	<b>Pasta*</b> con Ragú de champiñones
Fruta	Batido de chocolate*	Fruta	Batido de chocolate* y plátano	Fruta
	<i>Huevo y Lactosa</i>	<i>Gluten y Huevo</i>	<i>Lactosa</i>	<i>Gluten</i>

Nota:

En **negrita**: Producto ecológico

Con asterisco \*: alérgeno

En caso de alergia se ofrece el mismo menú sustituyendo el alérgeno por un equivalente no alérgeno.

Todos los platos son elaborados a diario con productos de temporada, el menú puede sufrir variaciones en caso de no recepción de productos, o causas ajenas a cocina.