



MENÚ NOVIEMBRE IES SOBARRARBE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3 Ensalada mixta Longaniza asada con patatas Fruta de temporada	4 Espaguetis a la carbonara Bacalao a la riojana Fruta de temporada	5 Garbanzos estofados con zanahoria Lubina al orio Yogur natural	6 Judietas verdes con salsa de tomate Pollo al horno Fruta de temporada
9 Paella de verduras con calamar Pechuga de pavo a la plancha Macedonia	10 Lentejas estofadas Albóndigas de bacalao con salsa de tomate y pimientos Fruta de temporada	11 Crema de verduras Costilla de cerdo al horno Fruta de temporada	12 Ensalada vegetal Arroz a la cubana con huevo y pechuga de pollo Fruta de temporada	13 Guisantes con patata y jamón Salmón encebollado al horno Yogur natural
16 Sopa de tapioca con huevo duro Lomo a la plancha con lechuga Macedonia	17 Arroz tres delicias Atún al horno con tomate Fruta de temporada	18 Judías blancas con chorizo Pollo al horno con ensalada de lechuga Fruta de temporada	19 Macarrones a la napolitana Huevos rellenos de atún con lechuga Fruta de temporada	20 Brócoli con sofrito de jamón serrano, cebolla y salsa de tomate Cordero al horno Yogur natural
23 Lentejas estofadas Salchichas de ave asadas con ensalada de lechuga Macedonia	24 Guisantes con patata y jamón Merluza al horno Yogur natural	25 Fideuá de verduras Lomo con escalivada Fruta de temporada	26 Lentejas estofadas Lubina al orio Fruta de temporada	27 Patatas guisadas con sepia y arroz Tortilla francesa con guarnición de champiñón Fruta de temporada
30 Coliflor gratinada con bechamel				

Tenera guisada Macedonia				
--------------------------------	--	--	--	--

