



























MENU C.P. RAMÓN Y CAJAL DE AYERBE

NOVIEMBRE 2018

			JUEVES 1	VIERNES 2
			FESTIVO	FESTIVO
LUNES 5	MARTES 6	MIÉRCOLES 7	JUEVES 8	VIERNES 9
MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN  LOMO REBOZADO CON ENSALADA  FRUTA DEL TIEMPO 630 KCAL	LENTEJAS CON CHORIZO Y HORTALIZAS POLLO ASADO CON PATATAS PANADERA FRUTA DEL TIEMPO 619 KCAL	CREMA DE ZANAHORIAS FILETE DE LENGUADO Y ENSALADA VERDE  YOGUR DE SABOR  556 KCAL	MARMITAKO  LONGANIZA ASADA CON PIMIENTOS ROJOS FRUTA DEL TIEMPO 607 KCAL	JUDÍAS VERDES AL NATURAL TORTILLA DE JAMÓN Y QUESO  YOGUR NATURAL AZUCARADO  534 KCAL
LUNES 12	MARTES 13	MIÉRCOLES 14	JUEVES 15	VIERNES 16
ARROZ CON POLLO MERLUZA EN SALSA CON GAMBAS  FRUTA DEL TIEMPO 597 KCAL	SPAGUETTI CARBONARA  ESTOFADO DE TERNERA A LA JARDINERA FRUTA DEL TIEMPO 655 KCAL	GARBANZOS EN SALSA PECHUGA DE POLLO PLANCHA CON ENSALADA FRUTA VARIADA 609 KCAL	SOPA DE FIDEOS CASERA  COSTILLA DE CERDO AL HORNO CON GUARNCIÓN YOGUR DE SABORES  602 KCAL	PURÉ DE VERDURAS Y PICATOSTES  CROQUETAS VARIADAS CON ENSALADA  FRUTA DEL TIEMPO 600 KCAL
LUNES 19	MARTES 20	MIÉRCOLES 21	JUEVES 22	VIERNES 23
GUISANTES CON PATATAS FRITAS Y HUEVO  SALCHICHAS FRESCAS AL HORNO FRUTA 605 KCAL	ARROZ BLANCO CON TOMATE CASERO TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA  FRUTA DEL TIEMPO 579 KCAL	ESPIRALES DE PASTA A LA BOLOÑESA  PECHUGA DE PAVO AL AJILLO YOGUR BEBIDO DE FRESA  621 KCAL	PATATAS GUIADAS CON SEPIA  HAMBURGUESA DE VACUNO CON TOMATE NATURAL FRUTA 643 KCAL	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS FILETE DE CABRACHO A LA PLANCHA CON CALABACÍN  YOGUR VARIADO  589 KCAL
LUNES 26	MARTES 27	MIÉRCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30
LENTEJAS HORTELANA CHULETAS DE CORDERO CON PATATAS FRITAS FRUTA DEL TIEMPO 616 KCAL	FIDEUÁ  LIMANDA A LA ROMANA CON ENSALADA  FRUTA DEL TIEMPO 624 KCAL	BORRAJAS CON PATATAS ALITAS DE POLLO ASADAS YOGUR NATURAL  592 KCAL	SOPA DE COCIDO CON ESTRELLITAS  LOMO EN SALSA DE MANZANA FRUTA VARIADA 582 KCAL	PAELLA  TORTILLA ESPAÑOLA CON FILETE DE PAVO COCIDO  ZUMO DE FRUTAS 590 KCAL