



Octubre - 2 años



Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1

Crema de espinacas
Lenguadina a la andaluza con ensalada de tomate
477kcl, 46Ch, 27Prot, 20 Lip

2

Sopa de ave con estrellas
Ensalada de legumbre con tomate y huevo cocido
447kcl, 27Ch, 17Prot, 20Lip

5

Paella valenciana
Magras de cerdo con verduras al vapor
452Kcl, 37Ch, 33Prot, 18Lip

6

Garbanzos estofados
Salmón en salsa de zanahorias con guisantes
473kcl, 34Ch, 38Prot, 18 Lip

7

Ensalada completa con huevo cocido
Pollo asado con patatas horno
484kcl, 23Ch, 32Prot, 28Lip

8

Sopa de ave con picadillo
Merluza a la romana con tomate y aceitunas
448kcl, 52Ch, 31Prot, 11 Lip

9

Crema de calabacín
Espirales integrales al horno con boloñesa de lentejas
478kcl, 75Ch, 17Prot, 10Lip

12

NO LECTIVO

13

Arroz con verduras
Tortilla francesa con ensalada de tomate
408kcl, 44Ch, 19Prot, 16Lip

14

Crema de calabaza
Salmón horno con calabacín rehogado
459kcl, 32Ch, 41Prot, 18Lip

15

Ensalada de pasta integral
Filetes rusos en salsa barbacoa con dados de zanahorias
525 Kcal, 30 Ch, 27 Prot, 35 Lip

16

Sopa de ave con estrellas
Guisantes rehogados con beicon
465kcl, 27Ch, 15Prot, 23Lip

19

Ensalada de arroz integral con huevo cocido y atún
Ragú de pavo al horno con verduritas
422kcl, 30Ch, 35Prot, 18Lip

20

Lentejas guisadas con verduras
Merluza en salsa con calabaza asada
469kcl, 47Ch, 24Prot, 11 Lip

21

Crema de verduras frascas
Ensalada de alubias con tomate, maíz y zanahorias
422kcl, 29Ch, 16Prot, 24Lip

22

Menestra de verdura al vapor
Salmón en salsa marinera con zanahorias baby
426kcl,15Ch, 44Prot, 18Lip

23

Sopa de cocido
Carne guisada con tomate
449kcl, 33Ch, 28Prot, 22 Lip

26

Arroz tres delicias
Tortilla española con ensalada lechuga y tomate
407kcl, 58Ch, 18Prot, 13Lip

27

Garbanzos a la madrileña
Lenguadina a la andaluza calabacín rehogado
466kcl, 30Ch. 46 Prot, 14 Lip

28

Crema de zanahorias
Macarrones al horno con boloñesa de lentejas
490kcl, 78Ch, 17Prot, 10Lip

29

Judías verdes al vapor con jamón
Merluza en salsa verde con tomate y maíz
447kcl, 28Ch, 27Prot, 19 Lip

30

Sopa de ave con fideos integrales
Albóndigas a la jardinera con verduras
442kcl, 53Ch, 23Prot, 13 Lip

FRUTA DE TEMPORADA (LUNES, MARTES, JUEVES Y VIERNES) Y MIÉRCOLES LÁCTEO.
DOS DÍAS A LA SEMANA SE DARÁ PAN INTEGRAL.





October - Year 2

2026-2027

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
			1 Cream of spinach Battered sole with tomato salad 477kcl, 46Ch, 27Prot, 20 Lip	2 Chicken soup with stars Legume salad with tomato and boiled egg 447kcl, 27Ch, 17Prot, 20Lip
5 Valencian paella Lean pork with steamed vegetables 452Kcl, 37Ch, 33Prot, 18Lip	6 Stewed chickpeas Salmon in carrot sauce with peas 473kcl, 34Ch, 38Prot, 18 Lip	7 Complete salad with boiled egg Roast chicken with potatoes in the oven 484kcl, 23Ch, 32Prot, 28Lip	8 Chicken soup with minced meat Battered Hake with tomato and olives 448kcl, 52Ch, 31Prot, 11 Lip	9 courgettei cream Wholemeal baked pasta with lentil bolognese 478kcl, 75Ch, 17Prot, 10Lip
12 HOLIDAY	13 Rice with vegetables French omelet with tomato salad 408kcl, 44Ch, 19Prot, 16Lip	14 Pumpkin cream Baked salmon with sautéed courgetti 459kcl, 32Ch, 41Prot, 18Lip	15 Wholemeal pasta salad Salisbury steaks in barbecue sauce with diced carrots 525 Kcal, 30 Ch, 27 Prot, 35 Lip	16 Poultry soup with pasta stars Sautéed peas with bacon 465kcl, 27Ch, 15Prot, 23Lip
19 Brown rice salad with boiled egg and tuna Baked turkey ragu with vegetables 422kcl, 30Ch, 35Prot, 18Lip	20 Stewed lentils with vegetables Hake in sauce with roasted pumpkin 469kcl, 47Ch, 24Prot, 11 Lip	21 Cream of fresh vegetables Bean salad with tomato, sweetcorn and carrots 422kcl, 29Ch, 16Prot, 24Lip	22 Steamed vegetable stew Salmon in marinara sauce with baby carrots 426kcl, 15Ch, 44Prot, 18Lip	23 Stew soup Full Stew: Chickpeas, meat, chorizo potatoes and carrots 449kcl, 33Ch, 28Prot, 22 Lip
26 Three Delights Rice Spanish omelet with lettuce and tomato salad 407kcl, 58Ch, 18Prot, 13Lip	27 Madrilenian style Chickpeas Battered sole with sautéed courgetti 466kcl, 30Ch. 46 Prot, 14 Lip	28 Carrot cream Baked macaroni with lentil bolognese 490kcl, 78Ch, 17Prot, 10Lip	29 Steamed green beans with ham Hake in green sauce with tomato and sweetcorn 447kcl, 28Ch, 27Prot, 19 Lip	30 Chicken soup with whole wheat noodles Meatballs with vegetables 442kcl, 53Ch, 23Prot, 13 Lip

SEASONAL FRUIT (MONDAY, TUESDAY, THURSDAY AND FRIDAY) AND DAIRY WEDNESDAY.
WHOLEMEAL BREAD WILL BE PROVIDED TWO DAYS A WEEK.

