

FRUTA DE TEMPORADA OCTUBRE:
Manzana, plátano, melocotón, pera, ciruela y kiwi.

5

Ensalada mediterránea

(lechuga, tomate, zanahoria, maíz, huevo duro y olivas)

Tortilla francesa

Fruta y yogur

7

Lechuga, tomate, remolacha, olivas

Tumbet mallorquín

(patatas con tomate y hortalizas)

Alitas de pollo a la miel

al horno

Fruta

12

14

Lechuga, tomate, lombarda, maíz

Arroz a la cubana

con salsa de tomate

Bocaditos de rosada

Fruta

19

Lechuga, tomate, zanahoria, olivas

Espaguetis con tomate y aceitunas

Filete de merluza gratinado con colinesa

(al horno con salsa de coliflor, ajo y aceite)

Fruta

21

Lechuga, tomate, lombarda, remolacha

Patatas al gratén

(patatas al horno con bacon, bechamel y queso)

Pizza IRCO

con fiambre de york, tomate y queso

Fruta

26

Lechuga, hoja de roble, tomate, remolacha, maíz

Macarrones italiana

con tomate y queso

Tortilla francesa con loncha de queso

Fruta

28

Lechuga, tomate, lombarda, maíz

Arroz con setas

Muslo de pollo a la cazadora con CEBOLLA ECO

con zanahoria y pimiento rojo

Fruta

