

ESTÁNDAR CALDERON



OCTUBRE 2026

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves
			1
			Arroz con menestra de verduras Albóndigas de pollo en salsa y judías verdes salteadas yogur
5	6	7	8
Crema de calabaza Tortilla de patatas Fruta de temporada	Arroz con tomate frito Lomo en salsa de cebollas con ensalada de maíz Fruta de temporada	Potaje de alubias con patatas y arroz Merluza al horno con calabacines salteados Fruta de temporada	Gazpacho Canelones de carne mixta con bechamel y queso rallado yogur
12	13	14	10
Potaje de garbanzos con judías verdes y calabaza Tortilla de calabacín y zanahorias fruta de temporada	Ensalada mixta(lechuga, maíz, zanahorias, atún y huevo duro) Estofado de ternera con patatas y zanahorias Fruta de temporada	Potaje de lentejas Merluza a la plancha con tomate aliñado Fruta de temporada	Arroz cocido con tomate frito Revuelto de calabacín Yogur
19	20	21	22
Potaje de lentejas Tortilla de calabacín Fruta de temporada	Patatas guisadas con menestra de verduras Salmón a la plancha con tomate aliñado Fruta de temporada	Macarrones integrales a la boloñesa (tomate frito casero y carne picada de ternera) Revuelto de judías verdes Fruta de temporada	Berza Pollo al ajillo con zanahorias aliñadas Yogur
26	27	28	29
Salmorejo Tortilla de patatas Fruta de temporada	Espirales integrales con tomate Anillas de calamar Fruta de temporada	Puchero con fideos y garbanzos Pollo al ajillo con remolacha aliñada Fruta de temporada	Patatas guisadas a lo pobre merluza al pilpil con judías verdes refritas Yogur

Todos los menús están acompañados de pan integral

Menú elaborado por Mercedes Recio, nutricionista y tecnóloga de alimentos nºcolegiada AND-00103

