

# OCTUBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	1	2	3	4	5	6	7
<b>COMIDA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Macarrones boloñesa</li> <li>* Pollo al chilindrón con menestra</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Alubias con verduras</li> <li>* Pescado fresco plancha con patatas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Judías verdes con patata en salsa de tomate</li> <li>* Bacalao al ajoarriero con guisantes</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de coliflor</li> <li>* Ternera guisada con patatas</li> <li>* Melocotón en almíbar</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Empanada Gallega</li> <li>* Ossobuco con pimientos fritos</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Arroz con verduras y gambas</li> <li>* Raxo con patatas fritas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de cocido</li> <li>* Cocido</li> <li>* Puding edulcorado</li> <li>* Pan</li> </ul>
<b>CENA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de verdura</li> <li>* Tortilla de patatas con tomate aliñado</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa juliana con pasta</li> <li>* Croquetas y empanadillas con lechuga, cebolla y zanahoria</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de calabaza</li> <li>* Lomo en salsa con tomate al horno</li> <li>* Natillas de vainilla</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa maravilla</li> <li>* Huevos al plato con lechuga, zanahoria y queso</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de champiñones</li> <li>* Cazón a la vizcaína con patatas</li> <li>* Macedonia de frutas</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa campesina</li> <li>* Merluza a la romana con puré de zanahoria y queso</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de calabacín</li> <li>* Sardinillas en aceite con patatas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>

OCTUBRE							
	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	8	9	10	11	12	13	14
<b>COMIDA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Ensaladilla rusa</li> <li>* Ragout de ternera con tomate asado</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de pescado</li> <li>* Jamón asado con patatas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Caldo Gallego</li> <li>* Pescado fresco a la plancha con lechuga, tomate y cebolla</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Vichysoisse</li> <li>* Lasaña</li> <li>* Natillas de chocolate</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Lentejas estofadas</li> <li>* Salmón gratinado con alioli con verduras</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Judías verdes con tomate</li> <li>* Lacón a la gallega con patatas cocidas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Callos</li> <li>* Caldeirada de pescado con patatas</li> <li>* Tarta de frutas</li> <li>* Pan</li> </ul>
<b>CENA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa castellana</li> <li>* Fogonero a la marinera con patatas</li> <li>*Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de berenjena y calabaza</li> <li>* Tortilla francesa con jamón York con tomate asado</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa Minestrone</li> <li>* Pechugas de pollo en salsa con patatas cocidas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de verduras</li> <li>* Merluza en salsa de mostaza con Patatas fritas</li> <li>* Compota</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de fideos con verduras</li> <li>* Huevos rellenos con tomate, lechuga y zanahoria</li> <li>* Piña en su jugo</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de espárragos</li> <li>* Pollo a la naranja con pimiento morrón</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de ajo</li> <li>* Hojaldre de puerros, queso, jamón con lechuga, cebolla y tomate</li> <li>* Pan</li> </ul>

OCTUBRE							
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	15	16	17	18	19	20	21
<b>COMIDA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Repollo con sofrito</li> <li>* Arroz a la cubana</li> <li>* Macedonia de frutas</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Macarrones con atún y tomate</li> <li>* Pollo guisado con pimientos asados</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Coliflor con patata y ajada</li> <li>* Pescado fresco a la plancha con lechuga, pepino y zanahoria</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Alubias con verdura</li> <li>* Jarrete de ternera breseado con guisantes</li> <li>* Flan de vainilla</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Ensalada ilustrada</li> <li>* Salmón en salsa con patatas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Pastel de verduras</li> <li>* pollo a la piña con patatas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de cocido</li> <li>* Cocido</li> <li>* Helado</li> <li>* Pan</li> </ul>
<b>CENA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de fideos y jamón</li> <li>* Talipa en salsa de velouté de limón con patatas asadas</li> <li>* Natillas de vainilla</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de calabaza</li> <li>* Merluza a la vasca con patatas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa minestrone</li> <li>* Tortilla de queso con patatas fritas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa Bullabesa</li> <li>* Sandwich mixto con tomate, lechuga y zanahoria</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de zanahoria</li> <li>* Lomo de cerdo al oporto con cebolla</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de lluvia</li> <li>* San Jacobo con pimientos fritos</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de calabacín</li> <li>* Fogonero encebollado con patatas cocidas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>

OCTUBRE							
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	22	23	24	25	26	27	28
<b>COMIDA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Fideuá</li> <li>* Pollo al limón con tomate, zanahoria y lechuga</li> <li>* Copa de chocolate</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Caldo gallego</li> <li>* Pescado fresco a la plancha con lechuga, cebolla y remolacha</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Espinacas con bacon y zanahoria</li> <li>* Paella mixta</li> <li>* Flan de vainilla</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de judías verdes</li> <li>* Albóndigas en salsa con verduras</li> <li>* Compota</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Ensaladilla rusa</li> <li>* Merluza a la romana con berenjena al horno</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Lentejas con verduras</li> <li>* huevos fritos con chorizo con patatas fritas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Salpicón</li> <li>* Carne o caldeiro con patata cocida</li> <li>* Arroz con leche edulcorado</li> <li>* Pan</li> </ul>
<b>CENA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa campesina</li> <li>* Tortilla de patatas con calabacín a la plancha</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa juliana</li> <li>* Croquetas y empanadillas con patatas fritas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de ave reina</li> <li>* Merluza en salsa de naranja con patatas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa castellana</li> <li>* Caella a la vizcaína con patatas fritas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de puerros</li> <li>* Magro asado con lechuga, cebolla y zanahoria</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de fideos con verduras</li> <li>* Pavo estofado con pimientos fritos</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de hortalizas</li> <li>* Sardinillas en escabeche con patatas cocidas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>

OCTUBRE							
	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES				
	29	30	31				
<b>COMIDA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Arroz a la milanesa</li> <li>* Chuleta de Sajonia con salsa de cítricos con patatas</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Judías verdes con patatas</li> <li>* Pescado fresco a la plancha con lechuga, tomate y zanahoria</li> <li>* Manzana asada</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Alubias con almejas</li> <li>* Pollo asado con lechuga, cebolla y queso</li> <li>* Natillas de chocolate</li> <li>* Pan</li> </ul>				
<b>CENA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Crema de espárragos</li> <li>* Tortilla de calabacín con tomates aliñados</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa bullabesa</li> <li>* Filete ruso en salsa con patatas risoladas</li> <li>* Yogur</li> <li>* Pan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Sopa de lluvia</li> <li>* San Jacobo casero con tomate asado</li> <li>* Fruta</li> <li>* Pan</li> </ul>				