

C. AMERICANO 6-12

October - 2024

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

□

1

2

3

4

PAELLA ALICANTINA
JUDÍAS VERDES AL NATURAL

ALUBIAS BLANCAS GUIADAS CON ACELGAS
ALCACHOFAS SALTEADAS

MACARRONES AL AJILLO
ESPINACAS Y ZANAHORIA

CREMA DE CALABAZA Y BONIATO
BRÓCOLI SALTEADO CON JAMÓN SERRANO

COSTILLAS ASADAS CON SALSA DE MIEL Y SOJA
MERLUZA AL LIMÓN

ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA DE CURRY
BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)

HUEVOS FRITOS CON BACÓN
SALMÓN CON SALSA MEDITERRANEA

BRÓCHETA DE POLLO AL HORNO
DADOS DE POTON AL AJILLO

LECHUGA Y OLIVAS

ZANAHORIA CON ENELDO

PATATAS FRITAS
PIMIENTOS VERDES

PATATA PANADERA

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

7

8

9

10

11

ESPAGUETIS A LA CARBONARA
GUISANTES ENCEBOLLADOS

LENTEJAS CASTELLANAS
CALABACÍN GRATINADO CON QUESO

CREMA DE PUERROS CON PICATOSTES
COLIFLOR AL AJO ARRIERO

SOPA DE COCIDO
BRÓCOLI REHOGADO

NO SCHOOL

SAN JACOBO
ABADEJO A LA PORTUGUESA

BURRITO DE CARNE
FILETE DE MERLUZA A LA GALLEGA

POLLO TANDOORI
CABALLA AL LIMÓN

COCIDO MADRILEÑO
PIZZA CARBONARA

LECHUGA Y CEBOLLA

LECHUGA Y PEPINO

ENSALADA DE LECHUGA, TOMATE, OLIVAS Y ATÚN

PATATAS VAPOR

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

14

15

16

17

18

CREMA DE CALABACÍN
JUDÍAS VERDES CON ZANAHORIA

LAZOS A LA CREMA DE QUESO
PISTO

ALUBIAS BLANCAS CON JULIANA DE VERDURA
MENESTRA IMPERIAL

ARROZ A LA CUBANA
WOK DE VERDURAS, JUDIA BROTE Y SOJA

GUIZO DE PATATAS CON CHISTORRA
CHAMPIÑONES AL AJILLO

POLLO ASADO AL TOMILLO EN SU JUGO
BOQUERÓN ANDALUZA (ENHARINADO Y FRITO)

HAMBURGUESA 100% TERNERA CON CEBOLLA
CARAMELIZADA
CAZUELA DE DADOS DE RAPE CON VERDURAS

ALBÓNDIGAS DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA
ABADEJO EN ADOBO

ROLLITOS DE PRIMAVERA
JUREL A LA BILBAÍNA

FILETE DE MAZA DE CERDO EMPANADO
SALMÓN AL HORNO CON MOJO DE ACEITE DE OLIVA
Y HIERBAS

PATATAS GRATÉN

PATATAS FRITAS

LECHUGA Y TOMATE

LECHUGA Y PEPINO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

21

22

23

24

25

LENTEJAS ESTOFADAS DE LA ABUELA
BRÓCOLI REHOGADO CON HUEVO COCIDO

FISH REVOLUTION DAY
VERDURA TRICOLOR (COLIFLOR, JUDÍA VERDE,
ZANAHORIA)

SOPA JARDINERA CON ESTRELLAS
LOMBARDA CON MANZANA

ARROZ EN PAELLA CON VERDURAS
CALABACÍN GRATINADO CON QUESO

FIDEUA DE CALAMAR
ESPINACAS REHOGADAS CON AJO

NUGGETS DE POLLO
FILETE DE LIMANDA EN SALSA

CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA

HAMBURGUESA COMPLETA
CALAMARES A LA MARINERA

POLLO ASADO CON PIÑA
BACALAO A LA MUSELINA DE AJO

HUEVOS FRITOS CON BACÓN
CABALLA EN PAPILOTE CON PUERRO, ZANAHORIA &
CEBOLLA

TOMATE Y ZANAHORIA

FISHPIZZA PROVENZAL
MERLUZA DESMIGADA CON CALABACÍN

PATATAS FRITAS

ENSALADA VERDE

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

28

29

30

31

□

ARROZ THAI
PISTO

ALUBIAS BLANCAS CON CHORIZO
ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS

US/MS/LS Learning
Conferences

US/MS/LS Learning
Conferences

ALBÓNDIGAS DE MERLUZA EN SALSA AGRIDULCE
FILETE DE POLLO A LA NARANJA

PIZZA DE QUESO
SALMÓN A LA NARANJA

LECHUGA, MAÍZ Y ZANAHORIA

AROS DE CEBOLLA

POSTRE AL GUSTO

POSTRE AL GUSTO

aprende
acomer
sano.org



FISH
REVOLUTION



GUARDIANES
DE LA SALUD



Grow
FOOD
BANKS

NOTAS: Nuestros menús incluyen PAN y BEBIDA. *La bebida a elegir será: entre zumo, batido, ó brick de leche. *Les recordamos que para consumir en cafetería, es necesario, estar domiciliado, tener un dinero a cuenta, ó pago al momento. Gracias.