




LUNES/MONDAY 28	MARTES/TUESDAY 29	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 30	JUEVES/THURSDAY 1	VIERNES/FRIDAY 2
ORIENTACIONES CENAS OCTUBRE			Pescado al horno con verduritas Fruta/leche	Judías verdes con jamón Tortilla francesa Fruta/leche
LUNES/MONDAY 5	MARTES/TUESDAY 6	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 7	JUEVES/THURSDAY 8	VIERNES/FRIDAY 9
Arroz con gambas y verduras Ensalada variada Fruta/leche	Crema de calabacín Tortilla francesa Fruta/leche	Ensalada variada Pescado azul Fruta/leche	Sopa de estrellitas Chuleta de pavo Fruta/leche	Verduras al vapor Hamburguesa casera Fruta/leche
LUNES/MONDAY 12	MARTES/TUESDAY 13	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 14	JUEVES/THURSDAY 15	VIERNES/FRIDAY 16
Día de la Hispanidad Fiesta del Pilar 	Brócoli con patatas Lomo de cerdo Fruta/leche	Revuelto de verduras Filete de ternera Fruta/leche	Sopa de fideos Tortilla francesa Fruta/leche	Crema de verduras Pescado al horno Fruta/leche
LUNES/MONDAY 19	MARTES/TUESDAY 20	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 21	JUEVES/THURSDAY 22	VIERNES/FRIDAY 23
Acelgas con patatas Pollo al limón Fruta/leche	Ensalada variada Solomillo de cerdo Fruta/leche	Sopa de fideos Pescado azul Fruta/leche	Judías verdes con tomate Huevo frito/tortilla Fruta/leche	Verduras salteadas Chuleta de pavo Fruta/leche
LUNES/MONDAY 26	MARTES/TUESDAY 27	MIÉRCOLES/WEDNESDAY 28	JUEVES/THURSDAY 29	VIERNES/FRIDAY 30
Guisantes con jamón Huevo/tortilla francesa Fruta/leche	Ensaladilla rusa Queso fresco Fruta/leche	Sopa de estrellitas Pescado al horno Fruta/leche	Ensalada variada Tortilla de patatas Fruta/leche	Ensalada variada Alitas de pollo Fruta/leche