



# Menú Colegio Altamira

## Octubre 2020

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2
			Crema de Calabaza	Patatas con Carne
			Albóndigas en Salsa  	Sardinas con Ensalada   
			Yogur 	Fruta
5	6	7	8	9
Arroz con Verduras	Garbanzos con Espinacas	Espaguetis con Tomate y Bonito   	Alubias Rojas	Puré de Verduras
Tortilla de Jamón y Queso  	Merluza Rebozada   	Hamburguesa con Ensalada   	Bocartes con Ensalada    	Pollo Guisado con Cous Cous 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur 	Fruta
12	13	14	15	16
	Macarrones con salsa boloñesa. 	Garbanzos con arroz	Crema de Calabacín	Alubias con codillo
	Tortilla de Queso 	Sardinas con Ensalada   	Carne Guisada.	Albóndigas de Pescado en Salsa 
	Fruta	Fruta	Yogur 	Fruta
19	20	21	22	23
Lentejas Guisadas	Sopa de Cocido  	Alubias Rojas	Pasta Carbonara 	Porrusalda
Salchichas con Puré 	Merluza en Salsa   	Sartén de huevos Revueltos con Jamón Serrano 	Bocartes con ensalada    	Filetes Rusos con Ensalada   
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur 	Fruta
26	27	28	29	30
Arroz con Carne	Lentejas Estofadas	Pasta con Tomate y Nata.  	Garbanzos Guisados	Puré de verduras
Tortilla de Atún  	Bacalao en Salsa   	Escalope  	Sardinas con Ensalada    	Costilla con Cous Cous 
Fruta	Fruta	Fruta	Yogur 	Fruta

