




LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29-sep	30-sep	01-oct	02-oct	03-oct
		ARROZ CON VERDURA Y POLLO	COCIDO ANDALUZ (SIN PATATA)	PASTA CON SALSA TOMATE
		TORTILLA FRANCESA	MUSLO DE POLLO AL HORNO	MERLUZA AL HORNO
		ENSALADA MIXTA	PATATAS ASADAS	LECHUGA CON ZANAHORIAS
		PAN	PAN	PAN
		FRUTA	YOGURT	FRUTA
06-oct	07-oct	08-oct	09-oct	10-oct
CAZUELA DE FIDEOS CON MAGRA	ALUBIAS ESTOFADAS (Alubias, patata, chorizo, pimiento rojo, cebolla, zanahoria)	SOPA DE POLLO (Pollo, pasta, cebolla, zanahoria)	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURA	CREMA DE PATATAS
ABADEJO AL HORNO	TORTILLA DE PATATAS	CONTRAMUSLO DE POLLO HORNO	FILETE LOMO A LA PLANCHA	PESCADO AL HORNO
ENSALADA MIXTA	LECHUGA CON ZANAHORIAS	PATATAS AL ROMERO	TOMATE CON MAÍZ	ENSALADA MIXTA
PAN	PAN	PAN	PAN	PAN
FRUTA	YOGURT	FRUTA	YOGURT	FRUTA
13-oct	14-oct	15-oct	16-oct	17-oct
	MACARRONES NAPOLITANA	GUISILLO DE POLLO	CREMA DE ZANAHORIAS	COCIDO ANADALUZ
	TIRAS DE POLLO AL HORNO	ATÚN CON TOMATE	TORTILLA FRANCESA	FILETE DE MERLUZA AL HORNO
	TOMATE CON ACEITUNAS	LECHUGA CON MAÍZ	PASTA SALTEADA	LECHUGA CON ZANAHORIAS
	PAN	PAN	PAN	PAN
	FRUTA	YOGUR	FRUTA	FLAN
20-oct	21-oct	22-oct	23-oct	24-oct
SOPA DE PICADILLO	LENTEJAS A LA RIOJANA	ARROZ CON VERDURAS	GUISO DE TERNERA	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURAS
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA	TORTILLA DE PATATAS	POLLO ASADO AL ROMERO	PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA	TORTILLA FRANCESA
PATATAS DADO	LECHUGA CON ACEITUNAS	LECHUGA ALIÑÁ	ENSALADA MIXTA	TOMATE AL HORNO
PAN	PAN	PAN	PAN	PAN
FRUTA DEL TIEMPO	YOGURT	FRUTA	YOGURT	FLAN
27-oct	28-oct	29-oct	30-oct	31-oct
CREMA DE HORTALIZAS	PASTA BOLOÑESA	ARROZ CON VERDURA Y POLLO (arroz, tomate, cebolla, zanahoria)	COCIDO ANDALUZ (Garbanzos, pollo, patata, judía verde, zanahoria)	CREMA DE ZANAHORIAS CON PICATOSTES (Zanahoria, cebolla, patata, apio)
PIZZA NO FRUTOS SECOS	ABADEJO A LA PLANCHA	TORTILLA DE ATÚN	MAGRA DE CERDO CON SALSA DE TOMATE (pimiento, cebolla, tomate)	FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
LECHUGA CON MAÍZ	ENSALADA MIXTA	LECHUGA ALIÑÁ	LECHUGA CON MAÍZ	PATATAS ASADAS
PAN	PAN	PAN	PAN	PAN
NATILLAS DE CHOCOLATE	FLAN	FRUTA	YOGUR	FRUTA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29-sep	30-sep	01-oct	02-oct	03-oct
		ARROZ CON VERDURA Y POLLO	COCIDO ANDALUZ (SIN PATATAS)	PASTA CON SALSA DE TOMATE Y ATÚN
		TORTILLA DE ATÚN	MUSLO DE POLLO AL HORNO	MERLUZA AL HORNO
		ENSALADA MIXTA	PATATAS ASADAS	LECHUGA CON ZANAHORIAS
		PAN	PAN	PAN
		FRUTA	YOGURT	FLAN DE VAINILLA
06-oct	07-oct	08-oct	09-oct	10-oct
CAZUELA DE FIDEOS CON MAGRA	ALUBIAS ESTOFADAS	SOPA DE POLLO	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURA	CREMA DE PATATAS
ABADEJO AL HORNO	TORTILLA DE PATATAS	CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO	LOMO ADOBADO	FILETE DE FOGONERO AL HORNO
ENSALADA MIXTA	LECHUGA CON ZANAHORIAS	PATATAS AL ROMERO	TOMATE CON MAÍZ	ENSALADA MIXTA
PAN	PAN	PAN	PAN	PAN
FLAN	YOGURT	FRUTA	YOGURT	FRUTA
13-oct	14-oct	15-oct	16-oct	17-oct
	MACARRONES A LA ESPAÑOLA	GUISILLO DE POLLO	CREMA DE ZANAHORIAS	COCIDO DE VERDURAS
	TIRAS DE POLLO AL HORNO	ATÚN CON TOMATE	TORTILLA FRANCESA	MERLUZA AL HORNO
	TOMATE CON ACEITUNAS	LECHUGA CON MAÍZ	PASTA SALTEADA	LECHUGA CON ZANAHORIAS
	PAN	PAN	PAN	PAN
	FRUTA	YOGURT	FRUTA	FLAN
20-oct	21-oct	22-oct	23-oct	24-oct
SOPA DE PICADILLO	LENTEJAS A LA RIOJANA	ARROZ CON VERDURAS	GUISO DE TERNERA	ALUBIAS ESTOFADAS CON VERDURA
ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA	BACALAO A LA PLANCHA	POLLO ASADO AL ROMERO	FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA	TORTILLA DE CALABACÍN
PATATAS DADO	LECHUGA CON ACEITUNAS	LECHUGA ALIÑÁ	ENSALADA MIXTA	TOMATE AL HORNO
PAN	PAN	PAN	PAN	PAN
FRUTA	YOGURT	FRUTA	YOGURT	FLAN
27-oct	28-oct	29-oct	30-oct	31-oct
CREMA DE HORTALIZAS	PASTA CON SALSA BOLOÑESA	ARROZ CON VERDURA Y POLLO	COCIDO ANDALUZ	CREMA DE ZANAHORIAS CON PICATOSTES
PIZZA , NO MOLUSCOS CEFALÓPODOS	ABADEJO AL HORNO	TORTILLA DE ATÚN	MAGRA DE CERDO CON SALSA DE TOMATE	FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA
LECHUGA CON MAIZ	ENSALADA MIXTA	LECHUGA ALIÑÁ	LECHUGA CON MAÍZ	PATATAS ASADAS
PAN	PAN	PAN	PAN	PAN
NATILLA DE CHOCOLATE	FLAN	FRUTA	YOGURT	FRUTA

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29-sep	30-sep	01-oct	02-oct	03-oct
		ARROZ CON VERDURA Y POLLO TORTILLA FRANCESA DE YORK  ENSALADA MIXTA PAN FRUTA	COCIDO ANDALUZ  MUSLO DE POLLO AL HORNO  PATATAS ASADAS PAN YOGUR	PASTA CON SALSA DE TOMATE  TORTILLA DE CALABACÍN  LECHUGA CON ZANAHORIAS PAN FRUTA
06-oct	07-oct	08-oct	09-oct	10-oct
CAZUELA DE FIDEOS CON MAGRA  LOMO DE CERDO CON TOMATE  ENSALADA MIXTA PAN FRUTA DEL TIEMPO	ALUBIAS ESTOFADAS  TORTILLA DE PATATAS  LECHUGA CON ZANAHORIAS PAN YOGURT	SOPA DE POLLO  CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO  PATATAS AL ROMERO PAN FRUTA	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURAS  LOMO ADOBADO  TOMATE CON MAÍZ PAN YOGUR	CREMA DE PATATAS  PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA  ENSALADA MIXTA PAN FRUTA
13-oct	14-oct	15-oct	16-oct	17-oct
	MACARRONES NAPOLITANA  TIRAS DE POLLO AL HORNO  TOMATE CON ACEITUNAS PAN FRUTA	GUISILLO DE POLLO  CROQUETAS DE JAMÓN AL HORNO  LECHUGA CON MAÍZ PAN YOGURT	CREMA DE ZANAHORIAS  TORTILLA FRANCESA  PASTA SALTEADA DE COLORES PAN FRUTA DEL TIEMPO	COCIDO DE VERDURAS  MAGRA EN AJILLO  LECHUGA CON ZANAHORIAS PAN FRUTA DEL TIEMPO
20-oct	21-oct	22-oct	23-oct	24-oct
SOPA DE PICADILLO  ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA  PATATAS DADO PAN FRUTA	LENTEJAS A LA RIOJANA  TORTILLA DE PATATAS  LECHUGA CON ACEITUNAS PAN FRUTA	ARROZ CON VERDURAS  POLLO ASADO AL ROMERO  LECHUGA ALIÑÁ PAN FRUTA	GUIZO DE TERNERA  PECHUGA DE PAVO A LA PLANCHA  ENSALADA MIXTA PAN FRUTA	ALUBIAS ESTOFADAS  TORTILLA DE CALABACÍN  TOMATE AL HORNO PAN FRUTA
27-oct	28-oct	29-oct	30-oct	31-oct
CREMA DE CALABACÍN  PIZZA NO CARNE  LECHUGA CON MAÍZ PAN NATILLAS DE CHOCOLATE	PASTA CON SALSA BOLOÑESA  TORTILLA DE JAMÓN COCIDO  ENSALADA MIXTA PAN FRUTA	ARROZ CON VERDURA Y POLLO  LOMO AL HORNO  LECHUGA ALIÑÁ PAN FRUTA	COCIDO ANDALUZ  MAGRA DE CERDO CON SALSA DE TOMATE  LECHUGA CON MAÍZ PAN YOGUR	CREMA DE ZANAHORIAS CON PICATOSTES  SALCHICHAS DE POLLO (SIN ALÉRGICOS-LA CALETA)  PATATAS ASADAS PAN FRUTA

MES: OCTUBRE 2025

COLEGIO: SANTA MARIA MICAELA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
<div> <div>1-GLUTEN</div> <div>2-HUEVO</div> <div>3-LECHE</div> <div>4-PESCADO</div> <div>5-MOLUSCOS</div> <div>6-CRUSTÁCEOS</div> <div>7-FRUTOS SECOS</div> <div>8-CACAHUETE</div> <div>9-SOJA</div> <div>10-SÉSAMO</div> <div>11-APIO</div> <div>12-MOSTAZA</div> <div>13-ALTRAMUZ</div> <div>14-SULFITOS</div> </div>	<div>VISITA NUESTRA WEB: WWW.EL GUSTODECRECER.ES</div>	<div>1</div> <div>ARROZ CON VERDURAS Y POLLO</div> <div>TORTILLA DE ATÚN (2,4)</div> <div>ENSALADA MIXTA(2,4)</div> <div>FRUTA</div> <div>PAN BLANCO(1,9,10)</div>	<div>2</div> <div>COCIDO ANDALUZ (NO PATATA)</div> <div>MUSLO DE POLLO</div> <div>PATATA ASADA</div> <div>YOGUR(3)</div> <div>PAN(1,9,10)</div>	<div>3</div> <div>PASTA CON SALSA DE ATUN Y</div> <div>TOMATE(1,4,14)</div> <div>MERLUZA</div> <div>EMPANADA(1,2,4)</div> <div>LECHUGA COM</div> <div>ZANAHORIA</div> <div>FLAN DE</div> <div>VAINILLA(2,3,7)</div> <div>PAN(1,9,10)</div>
<div>6</div> <div>CAZUELA DE FIDEOS CON MAGRA (1,14)</div> <div>ABADEJO HORNO(4)</div> <div>ENSALADA MIXTA (2,4)</div> <div>PAN BLANCO(1,9,10)</div> <div>FLAN(2,3,7)</div>	<div>7</div> <div>ALUBIAS ESTOFADAS(3,14)</div> <div>TORTILLA DE PATATAS (2)</div> <div>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIAS</div> <div>PAN BLANCO (1,9,10)</div> <div>YOGUR(3)</div>	<div>8</div> <div>SOPA DE POLLO(1)</div> <div>CONTRAMUSLOS DE POLLO</div> <div>PATATAS AL ROMERO</div> <div>PAN (1,9,10)</div> <div>FRUTA</div>	<div>9</div> <div>LENTEJAS CON VERDURAS(1)</div> <div>LOMO ADOBADO</div> <div>TOMATE Y MAÍZ</div> <div>PAN BLANCO(1,9,10)</div> <div>YOGUR(3)</div>	<div>10</div> <div>CREMA DE PATATAS</div> <div>FRITURA DE PESCADO(1,2,4,5,6)</div> <div>ENSALADA MIXTA(2,4)</div> <div>PAN BLANCO (1,9,10)</div> <div>FRUTA</div>
<div>13</div> <div>FESTIVO</div>	<div>14</div> <div>MACARRONES A LA ESPAÑOLA(1,2,14)</div> <div>TIRAS DE POLLO</div> <div>TOMATE CON ACEITUNAS</div> <div>PAN BLANCO(1,9,10)</div> <div>FRUTA</div>	<div>15</div> <div>GUISAILLO DE POLLO</div> <div>MERLUZA CHISPA(1,2,4,5,6)</div> <div>LECHUGA CON MAÍZ</div> <div>PAN BLANCO(1,9,10)</div> <div>YOGUR(3)</div>	<div>16</div> <div>CREMA DE ZANAHORIA</div> <div>TORTILLA FRANCESA(2)</div> <div>PASTA SALTEADA(1)</div> <div>PAN BLANCO(1,9,10)</div> <div>FRUTA</div>	<div>17</div> <div>COCIDO DE VERDURAS</div> <div>MERLUZA HORNO(4)</div> <div>ENSALADA DE LECHUGA Y ZANAHORIA</div> <div>PAN BLANCO(1,9,10)</div> <div>FLAN(2,3,7)</div>
<div>20</div> <div>SOPA DE PICADILLO(1,2,11)</div> <div>ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA(1)</div> <div>PATATAS DADO</div> <div>PAN BLANCO (1,9,10)</div> <div>FRUTA</div>	<div>21</div> <div>LENTEJAS A LA RIOJANA(1)</div> <div>BACALAO A LA ANDALUZA(1,2,4)</div> <div>LECHUGA Y ACEITUNAS(14)</div> <div>PAN BLANCO (1,9,10)</div> <div>YOGUR(3)</div>	<div>22</div> <div>ARROZ CON MARISCO(4,5,6)</div> <div>POLLO ASADO</div> <div>LECHUGA ALIÑÁ</div> <div>PAN(1,9,10)</div> <div>FRUTA</div>	<div>23</div> <div>GUISO DE TERNERA</div> <div>MERLUZA A LA PLANCHA(4)</div> <div>ENSALADA MIXTA(2,4)</div> <div>PAN(1,9,10)</div> <div>YOGUR(3)</div>	<div>24</div> <div>ALUBIAS CON VERDURAS(11)</div> <div>TORTILLA DE CALABACIN(2)</div> <div>TOMATE HORNO</div> <div>PAN(1,9,10)</div> <div>FLAN(2,3,7)</div>
<div>27</div> <div>CREMA DE HORTALIZAS</div> <div>PIZZA DE JAMON Y BACON(1,2,3,9,14)</div> <div>LECHUGA CON MAIZ</div> <div>PAN(1,9,10)</div> <div>NATILLAS DE CHOCOLATE(1,2,3)</div>	<div>28</div> <div>PASTA CON SALSA BOLOÑESA(1)</div> <div>ABADEJO REBOZADO(1,2,4)</div> <div>ENSALADA MIXTA(2,4)</div> <div>PAN(1,9,10)</div> <div>FLAN(2,3,7)</div>	<div>29</div> <div>ARROZ CON VERDURAS Y POLLO</div> <div>TORTILLA DE ATUN(2,4)</div> <div>LECHUGA ALIÑÁ</div> <div>PAN(1,9,10)</div> <div>FRUTA</div>	<div>30</div> <div>COCIDO ANDALUZ</div> <div>MAGRA DE CERDO CON TOMATE</div> <div>LECHUGA CON MAÍZ</div> <div>PAN(1,9,10)</div> <div>YOGUR(3)</div>	<div>31</div> <div>CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES(1)</div> <div>MERLUZA PLANCHA(4)</div> <div>PATATAS ASADA</div> <div>PAN(1,9,10)</div> <div>FRUTA</div>

