



MARISTAS CHAMPAGNAT - NOVIEMBRE



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1 FESTIVO	2 Alubias blancas estofadas 1 6 Merluza en salsa verde 1 4 Yogurt 7	3 Judías verdes al ajoarriero Tortilla de patata 3 Fruta	4 Cocido leonés completo 1 Yogurt 7	5 Puré de verdura Pollo asado Fruta
8 Sopa de pescado 1 2 3 4 San Jacobo 1 6 7 Fruta	9 Crema de calabacín 7 Jamón asado con guarnición Yogurt 7	10 Lentejas estofadas 6 Albóndigas de pescado 1-2- 4-6-13 Fruta	11 Fideua 1-6 Carne guisada Yogurt 7	12 Patatas con bacalao 4-6 Revuelto de queso 3-7 Fruta
15 Puré de verdura Tortilla de patata 3 Fruta	16 Cocido leonés completo 1 Yogurt 7	17 Arroz tres delicias 2-12 Pollo guisado 1-6-12 Fruta	18 Pasta boloñesa 1 Hamburguesa de sepia 1-6- 12-13 Yogurt 7	19 Alubias blancas 1-6 Salchichas frescas Fruta
22 Pasta con atún 1-4 Filete de pavo Fruta	23 Crema de zanahoria 7 Carne guisada Yogurt 7	24 Patatas con costilla 6 Merluza a la romana 1-3-4 Fruta	25 Lentejas estofadas 6 Escalope de pollo 1-3 Yogurt 7	26 Paella mixta 2-4-6-12-13 Lomo a la plancha Fruta
29 Arroz con tomate Albóndigas en salsa 1 6 12 Fruta	30 Alubias blancas estofadas 1 6 Merluza en salsa verde 1 4 Yogurt 7			

1.GLUTEN 2. CRUSTÁCEOS 3. HUEVO 4. PESCADO 5. CACAHUETE 6. SOJA 7. LACTOSA 8. FRUTOS SECOS 9.APIO. 10. MOSTAZA
11.SÉSAMO 12.SULFITOS 13.MOLUSCOS 14.ALTRAMUCES