

OCTUBRE



MÉXICO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>3</p> <p>Cocido de garbanzos. Pescado (tilapia) con pimiento al horno. Fruta</p>	<p>4</p> <p>Ensalada de pechuga de pollo a la plancha con lechuga, piña y semillas de sésamo. "Tallarines" con salsa de verduras (calabacín, cebolla, puerro y champiñones). Fruta</p>	<p>5</p> <p>Crema de calabaza. Tortilla de patata y cebolla con canónigos, tomate y queso tierno. Yogur</p>	<p>6</p> <p>Arroz salteado con verduras del tiempo. Pescado (musola) a la plancha con lechuga, maíz, olivas y atún. Fruta</p>	<p>7</p> <p>Cocido de alubias pintas. "Escalopines" de ternera (rebozado casero) con patatas al horno. Fruta</p> <p>100% ECO</p>
<p>10</p> <p>Arroz de caldo de pescado con picadillo de ajo y perejil. Tortilla a la francesa con "trepó" PLATO TRADICIONAL DE LAS ISLAS BALEARES (tomate, pimiento verde y cebolla). Fruta</p>	<p>11</p> <p>Vichyssoise de puerros. "Frito" PLATO TRADICIONAL DE LAS ISLAS BALEARES (pollo sofrito con pimiento rojo, cebolleta, hinojo y patatas (sin vísceras)). Fruta</p>	<p>12</p> <p>FIESTA ESTIVAL</p>	<p>13</p> <p>Puré de legumbres. Pescado (merluza) a la espalda (aceite de oliva y ajos) y ensalada "Mezclum" (8 variedades de lechugas) con semillas de sésamo. Fruta</p>	<p>14</p> <p>Sopa de caldo de verduras con huevo duro. Pechuga de pavo a la plancha con lechuga, tomate y pimiento verde. Fruta</p>
<p>17</p> <p>Arroz de pescado a la marinera (gambas, sepia y guisantes). Pescado (merluza) a la mallorquina (al horno) PLATO TRADICIONAL DE LAS ISLAS BALEARES (con acelgas, espinacas, cebolla tierna, tomate, pasas y piñones). Fruta</p>	<p>18</p> <p>Crema de zanahoria y jengibre. Pollo al horno con lechuga romana y piña. Fruta</p>	<p>19</p> <p>Lentejas. Tortilla de patata y calabacín con lechuga ("hojas de roble"), soja y maíz. Natilla de vainilla</p>	<p>20</p> <p>Ensalada variada (lechuga romana, jamón york y queso tierno). Estofado de ternera con arroz blanco (hervido con ajos y laurel). Fruta</p>	<p>21</p> <p>Macarrones de atún. Sardinas fritas con lechuga romana, remolacha y zanahoria rallada. Fruta</p>
<p>24</p> <p>Sopa maravilla con caldo de carne. Lomo de cerdo (rebozado casero) con lechuga romana, maíz y queso tierno. Fruta</p>	<p>25</p> <p>Ensalada fría de garbanzos con pimiento, cebolla, tomate y atún. Tortilla de jamón york con queso y canónigos con tomate y pipas. Yogur</p>	<p>26</p> <p>Puré de verduras del tiempo. Hamburguesa casera de ternera a la plancha con lechuga y tomate. Fruta</p> <p>100% ECO</p>	<p>27</p> <p>Arroz tres delicias (jamón york, tortilla a la francesa, gambas, guisantes y zanahoria) con salsa de soja. Pescado (tilapia) a la plancha a la marinera (con gambas y sepia) y patatas al horno. Fruta</p>	<p>28</p> <p>PLATO TÍPICO DE MEXICO Cocido de "frijoles". "Fajitas" (Pechuga de pollo, pimiento y cebolla sofrita). Fruta</p>
<p>31</p> <p>Puré de calabacín con quesitos. Pescado (merluza) a la plancha con salsa de tomate y patatas hervidas. Fruta</p>				

(LOS MENÚS INCLUYEN PAN MORENO Y AGUA / TODAS LAS ENSALADAS ESTAN ALIÑADAS CON ACEITE DE OLIVA EXTRA VIRGEN)

Productos de las Islas Baleares.
Carne ecológica.

