

MENÚ BASAL NIÑOS COLEGIO LA MILAGROSA SALAMANCA OCTUBRE 2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			-DÍA 1- E- Coliflor ecológica rehogada con ajito y aceite de oliva *Cinta de lomo fresca en salsa con patata cocida Yogur natural y pan integral	-DÍA 2- *Lentejas con arroz y verduras Filete de merluza en salsa de tomate Fruta y pan
-DÍA 5- Judías verdes ecológicas con zanahoria baby *Guiso de pavo con patatas al vapor Fruta y pan	-DÍA 6- Macarrones integrales con salsa de tomate *Filete de abadejo en salsa con verduritas Yogur natural y pan integral	-DÍA 7- *Garbanzos estofados con verduras *Tortilla francesa con lechuga y remolacha Fruta y pan	-DÍA 8- *Arroz con pollo y calabaza *Salmón al horno con salsa de soja y miel Yogur natural y pan integral	-DÍA 9- E- Alubias blancas estofadas con verduras ECO *Filete de pollo con patatas cuadro Fruta y pan
-DÍA 12- FESTIVO	-DÍA 13- *Patatas guisadas con carne *Filete de bacalao rebozado con lechuga y zanahoria Yogur natural y pan integral	-DÍA 14- *Sopa de cocido *Cocido completo Fruta y pan	-DÍA 15- *Espirales integrales boloñesa *Filete de merluza en salsa con calabaza asada Yogur natural y pan integral	-DÍA 16- *Lentejas a la hortelana *Tortilla española con lechuga y maíz Fruta y pan
-DÍA 19- Crema de calabaza E- Albóndigas burger meat mixta con tomate y daditos de zanahoria eco Fruta y pan	-DÍA 20- *Judías pintas con verduras *Filete de palometa con ajito y cebolla en salsa de tomate Yogur natural y pan integral	-DÍA 21- *Macarrones integrales a la napolitana Pollo asado en su jugo con verduritas Fruta y pan	-DÍA 22- *Garbanzos estofados con verduras *Tortilla francesa con jamón york con lechuga y remolacha Yogur natural y pan integral	-DÍA 23- *Arroz con tomate *Filete de merluza en salsa verde con verduras hervidas Fruta y pan
-DÍA 26- *Crema de puerro *Lentejas estofadas con verduras Fruta y pan	-DÍA 27- Espirales integrales con queso y champiñones *Magro de cerdo con verduritas y patatas Yogur natural y pan integral	-DÍA 28- *Brócoli gratinado con queso *Tortilla española con lechuga y maíz Fruta y pan	-DÍA 29- *Judías pintas con verduras *Filete de merluza a la gallega Yogur natural y pan integral	-DÍA 30- *Arroz con verduras Filete de pollo encebollado con lechuga Fruta y pan