

OCTUBRE
MENÚ DE DIETA SANTA HORTENSIA

Lorenzo Rodríguez Moreno Nº 5962 MADRID C/Granadilla, 10, 28220 Majadahonda, Madrid		1 JUEVES		2 VIERNES		3 SÁBADO		4 DOMINGO	
		SOPA DE VERDURAS		CREMA DE ESPARRAGOS		ARROZ CON VERDURAS		BRASEADO DE VERDURAS	
		TERNERA ASADA		RAGUT DE POLLO		HUEVOS EN SALSA		LOMO AL HORNO	
		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO	
5 LUNES		6 MARTES		7 MIÉRCOLES		8 JUEVES		9 VIERNES	
LOMBARDA AL AJO		SOPA JULIANA		MENESTRA DE VERDURA		CREMA DE ZANAHORIA /HORTALIZA		ACELGAS REHOGADAS	
POLLO AL HORNO		ALBÓNDIGAS RIOJANA		MERLUZA AL HORNO		TORTILLA ESPAÑOLA		TERNERA ASADA	
FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO	
12 LUNES		13 MARTES		14 MIÉRCOLES		15 JUEVES		16 VIERNES	
CREMA DE CALABAZA		COLIFLOR REHOGADA		SOPA MINSTRONE		JUDIAS BLANCAS CON VERDURA		GUISANTES CON JAMÓN	
CAZON A LA VASCA		JAMONCITOS DE POLLO		TERNERA CON ZANAHORIA		TORTILLA FRANCESA		MAGRO CON TOMATE Y PATATAS	
FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO	
19 LUNES		20 MARTES		21 MIÉRCOLES		22 JUEVES		23 VIERNES	
SOPA DE PICADILLO		CREMA DE ESPINACAS		JUDIAS VERDES CON TOMATE		MENESTRA DE VERDURA		SOPA DE PESCADO	
POLLO AL AJILLO		HUEVOS CON VERDURA		ALBÓNDIGAS EN SALSA		TILAPIA AL HORNO		REVUELTO A LA CAMPESINA	
FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO	
26 LUNES		27 MARTES		28 MIÉRCOLES		29 JUEVES		30 VIERNES	
SOPA DE VERDURAS		JUDIAS VERDES REHOGADAS		LENTEJAS CON VERDURAS		MENESTRA DE VERDURA		CREMA DE CALABACIN	
CALDERETA DE CAZÓN		TERNERA EN SU JUGO		EMPANADA		MERLUZA AL HORNO		CINTA DE LOMO	
FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO		FRUTA O LÁCTEO	
31 SÁBADO									

Menú valorado por: COSEGAL - Lorenzo Rodríguez Moreno. C/Granadilla, 10. 28220 Majadahonda. N° Colegiado: MAD01494

Alérgenos y (Trazas): 🌱 Altramuces · 🌿 Apio · 🦞 Crustáceos · 🐌 Moluscos · 🍷 Gluten · 🥛 Leche · 🥚 Huevos · 🌰 Frutos secos · 🥜 Cacahuets · 🌱 Soja · 🟡 Mostaza · 🐟 Pescado · 🍷 Sulfitos · 🌰 Sésamo