



## MENÚ OCTUBRE

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
- Cocido de garbanzos y pollo - Rosada con verduras Ensalada Fruta del tiempo	- Arroz con salsa de tomate - Pollo con patatas Ensalada Fruta del tiempo	- Estofado de alubias - Tortilla de patatas Ensalada Fruta del tiempo	- Macarrones con salsa de tomate - Medallas de pollo Ensalada Fruta del tiempo	- Guisillo de ternera - Merluza con verduras Ensalada Yogur
E-687,2K P-14% L-33% H-53%	E-689,5K P-15% L-35% H-50%	E-685K P-14% L-32% H-54%	E-682,6K P-13% L-35% H-52%	E-694K P-15% L-32% H-53%
9	10	11	12	13
- Potaje de bacalao - Albóndigas de pollo Ensalada Fruta del tiempo	- Códigos con salsa de tomate - Mero con verduras Ensalada Fruta del tiempo	- Gurullos con papa - Tortilla de calabacín Ensalada Fruta del tiempo		
E-695,1K P-14% L-35% H-51%	E-682,6K P-13% L-35% H-52%	E-694K P-13% L-35% H-52%		
16	17	18	19	20
- Cocido de garbanzos - Rosada con verduras Ensalada Fruta del tiempo	- Arroz con salsa de tomate - Salchichas frescas de pollo Ensalada Fruta del tiempo	- Acelgas con alubias - Croquetas de pollo Ensalada Fruta del tiempo	- Macarrones con carne picada - Tortilla de espinacas Ensalada Fruta del tiempo	- Crema de calabacín con queso - Pollo con champiñones Ensalada Yogur
E-694K P-13% L-35% H-52%	E-682,6K P-13% L-35% H-52%	E-684,5K P-15% L-34% H-51%	E-689,5K P-15% L-35% H-50%	E-675,1K P-15% L-34% H-51%
23	24	25	26	27
- Sopa de fideos con pollo - Tortilla de patatas Ensalada Fruta del tiempo	- Códigos con atún - Mini san jacobos Ensalada Fruta del tiempo	- Cazuela de pescado - Pollo con salsa de tomate Ensalada Fruta del tiempo	- Arroz con salsa de tomate - Tortilla de calabacín Ensalada Fruta del tiempo	- Lentejas con chorizo - Merluza con patatas Ensalada Yogur
E-685,3K P-14% L-35% H-51%	E-682,6K P-13% L-35% H-52%	E-689,5K P-14% L-34% H-52%	E-677,2K P-14% L-35% H-51%	E-686,1K P-15% L-33% H-52%
30	31			
- Cocido de garbanzos - Albondigas de pollo Ensalada Fruta del tiempo	- Arroz con salsa de hortalizas - Rosada con verduras Ensalada Fruta del tiempo			
E-694,3 K P-14% L-35% H-51%	E-682,6K P-13% L-35% H-52%			

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN, NUESTRA EMPRESA DISPONE DE CARTA DE ALERGENOS (REGLAMENTO CE 1169/2011)  
 PARA MAYOR INFORMACIÓN CONTACTE CON SU CENTRO O POR CORREO ELECTRONICO [cateringmarazul@gmail.com](mailto:cateringmarazul@gmail.com)  
 LOS MENÚS PUEDEN SUFRIR CAMBIOS POR ROTURA DE STOCK, SUSTITUYENDO EL PLATO POR OTRO SIMILAR.  
 NUESTRAS ENSALADAS TENDRAN COMO INGREDIENTES LECHUGA, TOMATE, MAIZ, ZANAHORIA RALLADA, ESPÁRRAGOS, ACEITUNAS .....  
 ROTANDO ENTRE ELLOS PARA INTENTAR CAPTAR EL INTERES DE LOS PEQUES  
 NUESTRA FRUTA DEL TIEMPO: PLATANO O BANANA, MANZANAS VERDES O ROJAS, PERAS, MANDARINAS .....