

NOVIEMBRE DE 2026

DÍA	1º PLATO	2º PLATO	POSTRE
2	Festivo		
3	Crema de coliflor y puerro	Tortilla de calabacín	Fruta
4	Judías pintas guisadas con verduras	Contramuslos de pollo en pepitoria con patatas cocidas.	Fruta
5	Arroz caldoso con verduras	Ragú de pavo en salsa	Fruta
6	Crema de garbanzos con verduras	Merluza al horno con salsa verde	Yogur
7	Sábado		
8	Domingo		
9	Festivo en Madrid Capital		
10	Macarrones integrales con tomate	Tortilla de calabaza	Fruta
11	Lentejas ecológicas con verduras	Cuscús	Fruta
12	Guiso de patatas con bacalao	Brócoli rehogado con cebolla	Fruta
13	Crema de legumbres con verduras	Lomo cerdo asado con salsa de manzana	Yogur
14	Sábado		
15	Domingo		
16	Fideuá con verduras	Tortilla de puerro	Fruta
17	Judías blancas guisadas con verduras	Bolitas de arroz integral y calabaza	Fruta
18	Crema de verduras	Contramuslos de pollo asados en su jugo con boniato al horno	Fruta
19	Sopa de cocido (garbanzo ecológico)	Cocido completo	Fruta
20	Patatas guisadas con verduras	Sardinillas en aceite	Yogur
21	Sábado		
22	Domingo		
23	Macarrones integrales con tomate	Tortilla de champiñones	Fruta
24	Guiso de garbanzos con verduras	Arroz blanco (con un toque de ajo)	Fruta
25	Marmita de salmón	Brócoli rehogado con cebolla	Fruta
26	Sopa de verduras con fideos	Pollo al horno con patata asada	Fruta
27	Arroz blanco con tomate frito casero	Ragú de pavo en salsa	Yogur
28	Sábado		
29	Domingo		
30	Lacitos con salsa de calabaza y puerro	Tortilla de zanahoria	Fruta

LA COMIDA SE ACOMPAÑA SIEMPRE CON AGUA Y PAN (QUE ES INTEGRAL LOS JUEVES).

El menú se elabora sin frutos secos, sin harina de trigo y sin especias.