

MES DE NOVIEMBRE DE 2025

DIA	1º PLATO	2º PLATO	POSTRE
1	Sábado		
2	Domingo		
3	Caracolas con salsa de calabaza y puerro	Tortilla de calabacín	Fruta
4	Judías pintas con verduras	Bolitas de arroz y zanahoria en salsa	Fruta
5	Brócoli rehogado con patatas cocidas	Filete ruso (ternera y cerdo)	Fruta
6	Crema de lentejas con verduras	Merluza al horno con salsa	Fruta
7	Patatas guisadas con verduras	Pollo (contramuslos) en pepitoria (sin frutos secos)	Yogur
8	Sábado		
9	Domingo		
10	Festivo en Madrid Capital		
11	Macarrones integrales con tomate	Tortilla de calabaza	Fruta
12	Lentejas ecológicas estofadas con verduras	Cuscús	Fruta
13	Judías verdes rehogadas con patatas	Contramuslos de pavo en salsa	Fruta
14	Crema de legumbres	Merluza al horno con salsa de verduras	Yogur
15	Sábado		
16	Domingo		
17	Fideuá con verduras	Tortilla de patata	Fruta
18	Judías pintas guisadas con verduras	Bolitas de arroz integral y zanahoria	Fruta
19	Crema de coliflor y puerro	Ragú de pollo en salsa	Fruta
20	Sopa de cocido	Cocido completo (garbanzo ecológico)	Fruta
21	Arroz blanco con tomate	Sardinillas en aceite	Yogur
22	Sábado		
23	Domingo		
24	Macarrones integrales con tomate	Tortilla de champiñones	Fruta
25	Patatas guisadas con bacalao	Brócoli rehogado	Fruta
26	Crema de verduras	Contramuslos de pollo en salsa	Fruta
27	Paella con verduras	Lomo de cerdo asado con salsa	Fruta
28	Guiso de garbanzos con verduras	Arroz blanco	Yogur

La comida se acompaña siempre con agua y pan (que es integral los lunes y los viernes).