

Menús octubre 2022

3	4 	5 	6 	
guisantes con cebolla	menestra de verduras	sopa de tomate	tallarines bio con salsa napolitana	garbanzos estofados con verduras
hamburguesa de carne de "La Garrotxa" Girona con patatas fritas	filete de pollo con salsa de zanahora y sémola integral bio	arroz bio de montaña con costilla de cerdo y verduras guisadas	pescado del día según mercado (salmón, bacalao o merluza) con coliflor gratin	tortilla de patata y cebolla con pimientos y champiñones
ensalada variada fruta	ensalada variada queso	ensalada variada fruta	ensalada variada fruta	ensalada variada helado
10 	11 	12	13	 1 
judías verdes salteadas con cebolla y zanahoria	sopa vegetal con hortalizas y letras bio		patatas con salsa brava	judías blancas bio guisadas
macarrones bio con bolognesa (carne mixta) de "La Garrotxa" Girona	pinchitos de pavo aliñados estilo ranchero con arroz basmati		pescado del día según mercado (salmón, bacalao o merluza) con berenjena en tomate	croquetas de espinacas con ratatouille
ensalada variada natillas de chocolate	ensalada variada fruta		ensalada variada fruta	ensalada variada helado
17 	18	19		 21 
coditos bio con salsa de queso y coliflor estofado de ternera de "La Garrotxa" Girona en salsa	crema de calabacín	guisantes salteados con patatas	fideuà bio	arroz bio con tomate
con hortalizas a la jardinera ensalada variada	pollo rustido al aroma de limón con arroz amarillo (con hortalizas y especias) ensalada variada	escalopa de lomo de "La Garrotxa" Girona con manzana al horno ensalada variada	pescado del día según mercado (salmón, bacalao o merluza) y cebolla con pimientos asados ensalada variada	tortilla francesa con berenjenas al horno
fruta	fruta	fruta	fruta	ensalada variada queso
26	27	28	29	30
				