



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN CARNE ROJA NOVEMBER WITHOUT RED MEAT

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado y rebozado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas / Sautéed ecologic Green Beans Hamburguesa pollo con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas guisadas / Potato stew Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis con tomate / Spagetti with tomato Pollo estofado con verduras / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (toamte) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Yogur, pan integral oghurt, bread	Judías blancas ecológicas con verdura / beans stew Huevos Villaroy con lechuga y zanahoria / Villaroy eggs with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de pollo al ajillo con ensalada mixta / Grilled chicken loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad natillas, pan integral / Custard, bread	Fusilli con salsa de champiñón / fusilli in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Garbanzos y pollo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecológico con verdura / Stew rice Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con verdura/ Potato stew with vegetables Buñuelos de bacalao con lechuga, maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur, pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas pollo con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados / Sautéed peas canelones de atún gratinados / Gartered cannelloni Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta/ Battered sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN F. SECO NOVEMBER WITHOUT NUTS MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado y rebozado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (tomate y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Yogur , pan integral oghurt, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos Villaroy con lechuga y zanahoria / Villaroy eggs with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad natillas , pan integral / Custard, bread	Fussili con salsa de champiñón / fussili in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potato stew with meat Buñuelos de bacalao con lechuga , maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur , pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamon/ Sautéed peas with ham canelones de atun gratinados / Gartered cannelloni Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta/ Battered sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

NOVIEMBRE MENU SIN FRUTO SECO(arroz y pasta integral)
NOVEMBER WITHOUT MILK MENU AND ANCHOVY MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado y rebozado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (tomate y jamón dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Yogur, pan integral, galletas, bread	Judías blancas ecológicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos Villaroy con lechuga y zanahoria / Villaroy eggs with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo / Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad natillas, pan integral / Custard, bread	Fusilli con salsa de champiñón / fusilli in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips / roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero / Sautéed cauliflower Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecológico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne / Potato stew with meat Buñuelos de bacalao con lechuga, maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur, pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamón / Sautéed peas with ham canelones de atún gratinados / Gartered cannelloni Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta / Battered sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread

A.G.A. S.L. Avda. Montes de Oca, 19. Nave 24. S.S. de los Reyes WWW.cutasa.com

La pasta y el arroz utilizada en este menú será integral



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN GLUTEN NOVEMBER WITHOUT GLUTEN MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado y rebozado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Yogur , pan integral oghurt, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos Villaroy con lechuga y zanahoria / Villaroy eggs with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad natillas , pan integral / Custard, bread	Fussili con salsa de champiñón / fussili in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potao stew with meat Buñuelos de bacalao con lechuga , maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur , pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamon/ Sautéed peas with ham canelones de atun gratinados / Gartinied cannelloni Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta/ Battered sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN HUEVO CRUDO NI F. SECO NOVEMBER WITHOUT EGG AND NUTS

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado y rebozado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Yogur , pan integral oghurt, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos Villaroy con lechuga y zanahoria / Villaroy eggs with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad natillas , pan integral / Custard, bread	Fussili con salsa de champiñón / fussili in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potao stew with meat Buñuelos de bacalao con lechuga , maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur , pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamon/ Sautéed peas with ham canelones de atun gratinados / Gartinied canelloni Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta/ Battered sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN HUEVO NI F. SECOS NOVEMBER WITHOUT EGG AND NUTS MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis sin huevo con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Rosti de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones sin huevo a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Yogur, pan integral oghurt, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Rosti con jamon con lechuga y zanahoria / Ham rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz de Pollo y verdura / chicken rice Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Rosti de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette rosti with salad natillas, pan integral / Custard, bread	pasta sin huevo con salsa de champiñón / Pasta in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower calamar plancha con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potato stew with meat bacalao horno con lechuga, maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur, pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamon/ Sautéed peas with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina plancha con ensalada mixta/ Grilled sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN HUEVO, , PESCADO , APIO NI F. SECOS NOVEMBER WITHOUT , EGG, FISH AND NUTS MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de lomo con lechuga y maíz / Grilled pork loin with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y , pan / Fruit and , bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo LAcon con arroz pilaf / Baked ham with rice Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Espaguetis sin huevo con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz tres delicias / three delighs fried rice Rosti de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato rosti with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
11	12	13	14	15
Macarrones sin huevo a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salchichas pavo con ensalada mixta / Baked sausajes with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Rosti con lechuga y zanahoria / Rosti with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz de Pollo y verdura / chicken rice Hamburguesa horno con lechuga y maíz / Baked burger with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y , pan / Fruit and , bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta /Grilled pork loin with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Rosti de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette rosti with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	pasta sin huevo con salsa de champiñon / fussili in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y , pan / Fruit and , bread	coliflor al ajo arriero/ Sauted cauliflower Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potao stew with meat Filete con lechuga , maíz y aceituna / Grilled fillet with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y , pan / Fruit and , bread	guisantes rehogados con jamon/ Sauted peas with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew pollo con ensalada mixta/ Grilled chicken with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN HUEVO NOVEMBER WITHOUT EGG MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis sin huevo con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Rosti de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones sin huevo a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Yogur, pan integral oghurt, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Rosti con jamon con lechuga y zanahoria / Ham rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz de Pollo y verdura / chicken rice Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Rosti de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette rosti with salad natillas, pan integral / Custard, bread	pasta sin huevo con salsa de champiñón / Pasta in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower calamar plancha con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potato stew with meat bacalao horno con lechuga, maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur, pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamon/ Sautéed peas with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina plancha con ensalada mixta/ Grilled sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN LECHE NOVEMBER WITHOUT MILK MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinFruta , pan / Fruit , bread y rebozFruta , pan / Fruit , bread con lechuga y maiz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con patatas chips / Grilled burger with chips Fruta , pan / Fruit , bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta , pan integral / Fruit , bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estoffFruta , pan / Fruit , bread con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta , pan / Fruit , bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maiz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta , pan / Fruit , bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana(toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos cocidos con lechuga y zanahoria / Boiled eggs with salad Fruta , pan / Fruit , bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maiz / Baked cod with salad Fruta , pan integral / Fruit , bread	Brocoli rehogFruta , pan / Fruit , bread / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta , pan / Fruit , bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta /Grilled pork loin with salad Fruta , pan / Fruit , bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Fussili con salsa de champiñon / fussili in mushroom sauce jamoncitos de pollo asFruta , pan / Fruit , breads con patata chips/ roast chicken with chips Fruta , pan / Fruit , bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower calamar plancha con ensalada / Fried squid with salad Fruta , pan integral / Fruit , bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta , pan / Fruit , bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maiz / Baked sole with salad Fruta , pan / Fruit , bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potao stew with meat Buñuelos de bacalao con lechuga , maiz y aceituna / Cod fritters with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta , pan / Fruit , bread	guisantes rehogFruta , pan / Fruit , breads con jamon/ Sautéed peas with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta , pan integral / Fruit , bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisFruta , pan / Fruit , bread en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta/ Battered sole with salad Fruta , pan / Fruit , bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN NI HUEVO NOVEMBER WITHOUT AND EGG MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado con lechuga y maiz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y , pan / Fruit and , bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Espaguetis sin huevo con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Rosti de patata con lechuga y maiz y aceitunas / Potato rosti with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
11	12	13	14	15
Macarrones sin huevo a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Rosti con jamon con lechuga y zanahoria / Ham rosti with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz de Pollo y verdura / chicken rice Filete de abadejo horno con lechuga y maiz / Baked cod with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y , pan / Fruit and , bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Rosti de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette rosti with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	pasta sin huevo con salsa de champiñon / Pasta in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y , pan / Fruit and , bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower calamar plancha con ensalada / Fried squid with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maiz / Baked sole with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potato stew with meat bacalao horno con lechuga , maiz y aceituna / Cod fritters with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y , pan / Fruit and , bread	guisantes rehogados con jamon/ Sautéed peas with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina plancha con ensalada mixta/ Grilled sole with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN LECHE, BERENJENA Y TOMATE NATURAL NOVEMBER WITHOUT MILK, EGGPLANT AND TOMATO

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinFruta , pan / Fruit , bread y rebozFruta , pan / Fruit , bread con lechuga y maiz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con patatas chips / Grilled burger with chips Fruta , pan / Fruit , bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta , pan integral / Fruit , bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estoffFruta , pan / Fruit , bread con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta , pan / Fruit , bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maiz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta , pan / Fruit , bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos cocidos con lechuga y zanahoria / Boiled eggs with salad Fruta , pan / Fruit , bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maiz / Baked cod with salad Fruta , pan integral / Fruit , bread	Brocoli rehogFruta , pan / Fruit , bread / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta , pan / Fruit , bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta /Grilled pork loin with salad Fruta , pan / Fruit , bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Fussili con salsa de champiñon / fussili in mushroom sauce jamoncitos de pollo asFruta , pan / Fruit , breads con patata chips/ roast chicken with chips Fruta , pan / Fruit , bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower calamar plancha con ensalada / Fried squid with salad Fruta , pan integral / Fruit , bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta , pan / Fruit , bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maiz / Baked sole with salad Fruta , pan / Fruit , bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potao stew with meat Buñuelos de bacalao con lechuga , maiz y aceituna / Cod fritters with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta , pan / Fruit , bread	guisantes rehogFruta , pan / Fruit , breads con jamon/ Sautéed peas with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta , pan integral / Fruit , bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisFruta , pan / Fruit , bread en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta/ Battered sole with salad Fruta , pan / Fruit , bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

NOVIEMBRE MENU SIN LEGUMBRE (si j. verde y blanca)

NOVEMBER WITHOUT LEGUMES

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
<p>Crema de calabacín / Courgette cream</p> <p>Fielte de gallo marinado y rebozado con lechuga y maiz / Battered sole with salad</p> <p>Gelatina, pan integral / Jelly, bread</p>	<p>Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham</p> <p>Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo</p> <p>Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice</p> <p>Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread</p>	<p>Espaguetis con chorizo / Spaghetti with chorizo</p> <p>Pollo estofado con verduras / Chicken stew with vegetables</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Arroz tres delicias / three delights fried rice</p> <p>Tortilla de patata con lechuga y maiz y aceitunas / Potato omelette with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
11	12	13	14	15
<p>Macarrones integrales a la matriciana (tomate y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham</p> <p>Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad</p> <p>Yogur, pan integral, oghurt, bread</p>	<p>Judías blancas ecológicas con chorizo y verdura / beans stew</p> <p>Huevos Villaroy con lechuga y zanahoria / Villaroy eggs with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua</p> <p>Filete de abadejo horno con lechuga y maiz / Baked cod with salad</p> <p>Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread</p>	<p>Brocoli rehogado / Sautéed broccoli</p> <p>Filete de pollo con patata gajo / Grilled chicken with potatoes</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>arroz salteado / Sautéed rice</p> <p>Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
18	19	20	21	22
<p>Verdura salteada / Sautéed vegetables</p> <p>Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad</p> <p>natillas, pan integral / Custard, bread</p>	<p>Fusilli con salsa de champiñón / fusilli in mushroom sauce</p> <p>jamoncitos de pollo asados con patata chips / roast chicken with chips</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>coliflor al ajo arriero / Sautéed cauliflower</p> <p>Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad</p> <p>Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread</p>	<p>Sopa de Cocido / Stew Soup</p> <p>Cocido Completo sin legumbre / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Arroz ecológico con magro / Stew rice with meat</p> <p>Lenguadina horno con lechuga y maiz / Baked sole with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
25	26	27	28	29
<p>Patatas guisadas con carne / Potato stew with meat</p> <p>Buñuelos de bacalao con lechuga, maiz y aceituna / Cod fritters with salad</p> <p>Yogur, pan integral / Yoghurt, bread</p>	<p>Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream</p> <p>Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Verduras salteadas con jamón / Sautéed vegetables with ham</p> <p>canelones de atún gratinados / Gartered cannelloni</p> <p>Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread</p>	<p>Crema de calabaza / Pumpkin cream</p> <p>Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf</p> <p>Manzana asada / baked apple</p>	<p>arroz salteado / Sautéed rice</p> <p>Lenguadina romana con ensalada mixta / Battered sole with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN LECHE,SOJA,HUEVO,F. SECO, CRUSTACEOS Y MOLUSCOS, LEGUMBRE(si j. blanca y verde), APIO NI MOSTAZA

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado con lechuga y maiz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y , pan / Fruit and , bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Espaguetis sin huevo con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Rosti de patata con lechuga y maiz y aceitunas / Potato rosti with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
11	12	13	14	15
Macarrones sin huevo a la matriciana(toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Rosti con jamon con lechuga y zanahoria / Ham rosti with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz de Pollo y verdura / chicken rice Filete de abadejo horno con lechuga y maiz / Baked cod with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y , pan / Fruit and , bread	arroz salteado / Sautéed rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta /Grilled pork loin with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
18	19	20	21	22
Verdura salteada/ Sautéed vegetables Rosti de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette rosti with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	pasta sin huevo con salsa de champiñón / Pasta in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y , pan / Fruit and , bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo sin garbanzo/ Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y , pan / Fruit and , bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maiz / Baked sole with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potato stew with meat bacalao horno con lechuga , maiz y aceituna / Cod fritters with salad Postre apto , pan integral/ Suitable dessert, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con arroz / Meatballs with rice Fruta y , pan / Fruit and , bread	Verduras salteadas con jamón / Sautéed vegetables with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y , pan integral / Fruit and , bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	arroz salteado / Sautéed rice Lenguadina plancha con ensalada mixta/ Grilled sole with salad Fruta y , pan / Fruit and , bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN PESCADO NI MARISCO NOVEMBER WITHOUT FISH AND SELLFISH MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de lomo con lechuga y maíz / Grilled pork loin with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo L'Acon con arroz pilaf / Baked ham with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduras / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salchichas pavo con ensalada mixta / Baked sausages with salad Yogur, pan integral oghurt, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos cocidos con lechuga y zanahoria / Boiled eggs with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Hamburguesa horno con lechuga y maíz / Baked burger with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad natillas, pan integral / Custard, bread	Fussili con salsa de champiñón / fussili in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potao stew with meat Filete con lechuga, maíz y aceituna / Grilled fillet with salad Yogur, pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamon/ Sautéed peas with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew pollo con ensalada mixta/ Grilled chicken with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN SAL NI PROCESADOS NOVEMBER WITHOUT SALT MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado y rebozado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (tomate y jamón dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad Yogur, pan integral, galleta, bread	Judías blancas ecológicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos cocidos con lechuga y zanahoria / Boiled eggs with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo / Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad natillas, pan integral / Custard, bread	Fusilli con salsa de champiñón / fusilli in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips / roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero / Sautéed cauliflower Calamar plancha con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecológico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne / Potato stew with meat bacalao horno con lechuga, maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur, pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamón / Sautéed peas with ham Lomo con ensalada / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta / Battered sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN SALMON NOVEMBER WITHOUT SALMON

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado y rebozado con lechuga y maíz / Battered sole with salad Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Hamburguesa con queso y patatas chips / Grilled burger with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Patatas a la riojana / Potato stew with chorizo Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf / Baked hake in sauce with rice Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Espaguetis con chorizo / Spagetti with chorizo Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz tres delicias / three delights fried rice Tortilla de patata con lechuga y maíz y aceitunas / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales a la matriciana (toamte y jamon dulce) / Macaroni in tomato sauce with ham Salchichas pavo con ensalada mixta / Baked sausages with salad Yogur , pan integral oghurt, bread	Judias blancas ecologicas con chorizo y verdura / beans stew Huevos Villaroy con lechuga y zanahoria / Villaroy eggs with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo y verdura / chicken fideua Filete de abadejo horno con lechuga y maíz / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sautéed broccoli Filete de pollo con patata gajo/ Grilled chicken with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Filete de lomo al ajillo con ensalada mixta / Grilled pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas / Lentils stew Tortilla de calabacín con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad natillas , pan integral / Custard, bread	Fussili con salsa de champiñón / fussili in mushroom sauce jamoncitos de pollo asados con patata chips/ roast chicken with chips Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor al ajo arriero/ Sautéed cauliflower Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz ecologico con magro / Stew rice with meat Lenguadina horno con lechuga y maíz / Baked sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con carne/ Potao stew with meat Buñuelos de bacalao con lechuga , maíz y aceituna / Cod fritters with salad Yogur , pan integral / Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	guisantes rehogados con jamon/ Sautéed peas with ham canelones de atun gratinados / Gartiné canelloni Fruta y leche, pan integral / Fruit and milk, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Pavo guisado en salsa gravy con arroz pilaf Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas / Lentils stew Lenguadina romana con ensalada mixta/ Battered sole with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

NOVIEMBRE MENU SIN CARNE, LACTEOS, NO FRITOS, AZUCARES NI SALSAS INDUSTRIALES
NOVEMBER

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Fielte de gallo marinado con lechuga y maiz Fruta y pan / Fruit and bread	Judías verdes ecológicas salteadas Hamburguesa vegetal Fruta y pan / Fruit and bread	Patatas con verduras Merluza en salsa de azafran con arroz pilaf Fruta y pan / Fruit and bread	Espaguetis con tomate tofu plancha y ensalada Fruta y pan / Fruit and bread	Arroz salteado con verdura Tortilla de patata con lechuga y maiz y aceitunas Fruta y pan / Fruit and bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales con tomate Salmón al horno con ensalada mixta Fruta y pan / Fruit and bread	Judias blancas ecologicas guidas Huevos cocidos con lechuga y zanahoria Fruta y pan / Fruit and bread	Fidegüa de verdura Filete de abadejo horno con lechuga y maiz Fruta y pan / Fruit and bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli hamburguesa vegana Fruta y pan / Fruit and bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice tortilla de patata Fruta y pan / Fruit and bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria Fruta y pan / Fruit and bread	Fussili con salsa de champiñon Hamburguesa vegetal Fruta y pan / Fruit and bread	coliflor al ajo arriero/ Sauted cauliflower Calamar plancha con ensalada Fruta y pan / Fruit and bread	Sopa de fideos garbanzos salteados Fruta y pan / Fruit and bread	Arroz ecologico con verdura Lengüadina horno con lechuga y maiz Fruta y pan / Fruit and bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con verduras bacalao horno con lechuga , maiz y aceituna Fruta y pan / Fruit and bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) Albondigas veganas cous cous Fruta y pan / Fruit and bread	guisantes rehogados tortilla de patata Fruta y pan / Fruit and bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream tofu plancha y ensalada Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas Lengüadina horno con ensalada mixta Fruta y pan / Fruit and bread



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

NOVIEMBRE MENU VEGANO NOVEMBER

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
4	5	6	7	8
Crema de calabacín / Courgette cream Arroz salteado Fruta y pan / Fruit and bread	Judías verdes ecológicas salteadas Hamburguesa vegetal Fruta y pan / Fruit and bread	Patatas con verduras ensalada completa Fruta y pan / Fruit and bread	Espaguetis con tomate tofu plancha y ensalada Fruta y pan / Fruit and bread	Arroz salteado con verdura Rosti de patata con lechuga y maíz y aceitunas Fruta y pan / Fruit and bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales con tomate verduras salteadas Fruta y pan / Fruit and bread	Judias blancas ecologicas guidas Rosti de patata con lechuga y zanahoria Fruta y pan / Fruit and bread	Fidegua de verdura ensalada completa Fruta y pan / Fruit and bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli hamburguesa vegana Fruta y pan / Fruit and bread	Judias pintas Arroz salteado con verdura Fruta y pan / Fruit and bread
18	19	20	21	22
Lentejas guisadas Rosti de calabacin con lechuga y zanahoria Fruta y pan / Fruit and bread	Fussili con salsa de champiñon Hamburguesa vegetal Fruta y pan / Fruit and bread	coliflor al ajo arriero tofu plancha Fruta y pan / Fruit and bread	Sopa de fideos garbanzos salteados Fruta y pan / Fruit and bread	Arroz ecologico con verdura ensalada completa Fruta y pan / Fruit and bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con verduras Lechuga, maíz , toamte y aceitunas Fruta y pan / Fruit and bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) Albondigas veganas cous cous Fruta y pan / Fruit and bread	guisantes rehogados calabacin salteado Fruta y pan / Fruit and bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream tofu plancha y ensalada Manzana asada / baked apple	Lentejas estofadas Arroz salteado Fruta y pan / Fruit and bread