



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN HUEVO LECHE , PESCADO, APIO NI FRUTO SECO NOVEMBER WITHOUT EGG, MILK , FISH AND NUTS MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta sin huevo con tomate / Pasta in tomato sauce Rosti con ensalada / Rosti with salad Suitable dessert, pan / Postre apto, bread	Pure de calabacin / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Lomo con lechuga y maiz / breaded pork loin with salad Fruta, pan / Fruit , bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Pollo con lechuga y zanahoria / Baked chicken with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta, pan / Fruit , bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew withvegetables Salchichas pavo horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Rosti de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham rosti with salad Fruta, pan / Fruit , bread
15	16	17	18	19
Macarrones sin huevo con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Cinta lomo al horno con ensalada / Baked salmon with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Rosti de patata con lechuga y zanahoria / Potato rosti with salad Fruta, pan / Fruit , bread	Arroz de Pollo / chicken rice Filete de pollo con lechuga y maiz / Baked chicken with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Brocoli rehogado / sauted broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta, pan / Fruit , bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan / Fruit , bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce hamburguesa horno con ensalada / Baked burger with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta, pan / Fruit , bread	Espaguetis sin huevo boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce calamar plancha con ensalada / Grilled squid with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta, pan / Fruit , bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Rosti de calabacin con lechuga y maiz / Courgette rosti with salad Fruta, pan / Fruit , bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Lacon asado con ensalada mixta/ Baked ham with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Crema de calabaza / Pupkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Fruta, pan / Fruit , bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN HUEVO NOVEMBER WITHOUT EGG MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta sin huevo con tomate / Pasta in tomato sauce Rosti con ensalada / Rosti with salad Yogurt, pan / yogurt, bread	Pure de calabacin / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maiz / breaded limanda with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew withvegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Rosti de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
15	16	17	18	19
Macarrones sin huevo con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Rosti de patata con lechuga y zanahoria / Potato rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz de Pollo / chicken rice Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / sauted broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta y leche, pan / 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
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis sin huevo boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce calamar plancha con ensalada / Grilled squid with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Rosti de calabacin con lechuga y maiz / Courgette rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao con ensalada mixta/ Baked cod with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Crema de calabaza / Pupkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecologica y leche, pan / Bio pear and milk, bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN LECHE NOVEMBER WITHOUT MILK MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos cocidos con ensalada / Boiled eggs with salad Suitable dessert, pan / Postre apto, bread	Pure de calabacín / Courgette cream Jamónitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maíz / breaded limanda with salad Fruta, pan / Fruit , bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Lacón al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta, pan / Fruit , bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Tortilla de jamón con lechuga y maíz y aceitunas / Ham omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread
15	16	17	18	19
Macarrones con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread	Fidegüa de Pollo / chicken fideus Filete de abadejo con lechuga y maíz / Baked abadejo with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Brocoli rehogado / sautéed broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecológico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta, pan / Fruit , bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan / Fruit , bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta, pan / Fruit , bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Pure de zanahoria ecológica, puerro y patata / Carrot and leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta, pan / Fruit , bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Tortilla de calabacín con lechuga y maíz / Courgette omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecológica , pan / Bio pear , bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

NOVIEMBRE MENU SIN LECHE, FRUTO SECO, ANCHOA NI BOQUERON (arroz y pasta integral)

NOVEMBER WITHOUT MILK MENU AND ANCHOVY MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta integral con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos cocidos con ensalada / Boiled eggs with salad Suitable dessert, pan / Postre apto, bread	Pure de calabacín / Courgette cream Jamónitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Arroz integral con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maíz / breaded limanda with salad Fruta, pan / Fruit , bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Lacón al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta, pan / Fruit , bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Tortilla de jamón con lechuga y maíz y aceitunas / Ham omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread
15	16	17	18	19
Macarrones integral con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread	Fidegüa de Pollo / chicken fideus Filete de abadejo con lechuga y maíz / Baked abadejo with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Brocoli rehogado / sauted broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecológico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta, pan / Fruit , bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan / Fruit , bread
22	23	24	25	26
Arroz integral con salsa de tomate / Rice in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta, pan / Fruit , bread	Espaguetis integral boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Pure de zanahoria ecológica, puerro y patata / Carrot and leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta, pan / Fruit , bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Tortilla de calabacín con lechuga y maíz / Courgette omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecológica , pan / Bio pear , bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN F. SECO NOVEMBER WITHOUT NUTS MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta sin huevo con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos villaroy con ensalada / Villaroy eggs with salad Yogurt, pan / yogurt, bread	Pure de calabacin / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maiz / breaded limanda with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Ramitos de coliflor rebozada / Battered cauliflower Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew withvegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
15	16	17	18	19
Macarrones con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegua de Pollo / chicken fideus Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rebozado / Battered broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Tortilla de calabacin con lechuga y maiz / Courgette omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Crema de calabaza / Pupkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecologica y leche, pan / Bio pear and milk, bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN LENTEJAS NOVEMBER WITHOUT LENTILS

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	<p>Lasaña de carne /meat lasagna</p> <p>Huevos villaroy con ensalada / Villaroy eggs with salad</p> <p>Yogurt, pan / yogurt, bread</p>	<p>Pure de calabacin / Courgette cream</p> <p>Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables</p> <p>Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread</p>	<p>Arroz con magro / Stew rice with meat</p> <p>Limanda empanada con lechuga y maiz / breaded limanda with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Ramitos de coliflor rebozada / Battered cauliflower</p> <p>Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
8	9	10	11	12
<p>Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo</p> <p>Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad</p> <p>Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly</p>	<p>Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham</p> <p>Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Arroz con tomate / Rice intomato sauce</p> <p>Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad</p> <p>Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread</p>	<p>Crema de puerros / Leek cream</p> <p>Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Alubias blancas guisadas / Beans stew</p> <p>Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
15	16	17	18	19
<p>Macarrones con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey</p> <p>Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad</p> <p>Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread</p>	<p>Judias pintas con arroz / Pinto beans with rice</p> <p>Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Fidegüa de Pollo / chicken fideus</p> <p>Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad</p> <p>Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread</p>	<p>Brocoli rebozado / Battered broccoli</p> <p>Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Sopa de Cocido / Stew Soup</p> <p>Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
22	23	24	25	26
<p>Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce</p> <p>Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad</p> <p>Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread</p>	<p>Menestra de verduras / Vegetables stew</p> <p>Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce</p> <p>Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad</p> <p>Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread</p>	<p>Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree</p> <p>Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Champiñones rehogados con jamon / Sauted mushrooms with ham</p> <p>Tortilla de calabacin con lechuga y maiz / Courgette omelette with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
29	30			
<p>Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal</p> <p>Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad</p> <p>Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread</p>	<p>Crema de calabaza / Pupkin cream</p> <p>Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous</p> <p>Pera ecologica y leche, pan / Bio pear and milk, bread</p>			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta sin huevo con tomate / Pasta in tomato sauce Rosti con ensalada / Rosti with salad Yogurt, pan / yogurt, bread	Pure de calabacin / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maiz / breaded limanda with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew withvegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Rosti de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
15	16	17	18	19
Macarrones sin huevo con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Rosti de patata con lechuga y zanahoria / Potato rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz de Pollo / chicken rice Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / sauted broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta y leche, pan / 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
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis sin huevo boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce calamar plancha con ensalada / Grilled squid with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Rosti de calabacin con lechuga y maiz / Courgette rosti with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao con ensalada mixta/ Baked cod with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Crema de calabaza / Pupkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecologica y leche, pan / Bio pear and milk, bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN GLUTEN NOVEMBER WITHOUT GLUTEN MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta sin gluten con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos cocidos con ensalada / Boiled eggs with salad Yogurt, pan sin gluten/ yogurt, bread	Pure de calabacín / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda con lechuga y maíz / Baked limanda with salad Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan sin gluten /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Tortilla de jamon con lechuga y maíz y aceitunas / Ham omelette with salad Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread
15	16	17	18	19
Macarrones sin gluten con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Yogur de fruta, pan sin gluten / Fruit Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Arroz de Pollo / chicken rice Filete de abadejo con lechuga y maíz / Baked abadejo with salad Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / sauted broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Yogur de fruta, pan sin gluten / Fruit Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Espaguetis sin gluten boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce calamar plancha con ensalada / Grilled squid with salad Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrot and leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Tortilla de calabacín con lechuga y maíz / Courgette omelette with salad Fruta y leche, pan sin gluten/ Fruit and milk, bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad Yogur de fruta, pan sin gluten / Fruit Yoghurt, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Albondigas con arroz / Meatballs with rice Pera ecologica y leche, pan sin gluten/ Bio pear and milk, bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos cocidos con ensalada / Boiled eggs with salad Suitable dessert, pan / Postre apto, bread	Pure de calabacín / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maíz / breaded limanda with salad Fruta, pan / Fruit , bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta, pan / Fruit , bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew withvegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Tortilla de jamon con lechuga y maíz y aceitunas / Ham omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread
15	16	17	18	19
Macarrones con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread	Fidegüa de Pollo / chicken fideus Filete de abadejo con lechuga y maíz / Baked abadejo with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Brocoli rehogado / sauted broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta, pan / Fruit , bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan / Fruit , bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta, pan / Fruit , bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree Escalope de pollo con lechuga y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta, pan / Fruit , bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Tortilla de calabacín con lechuga y maíz / Courgette omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Crema de calabaza / Pupkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecologica , pan / Bio pear , 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
1	2	3	4	5
FESTIVO	<p>Lasaña de carne /meat lasagna</p> <p>Huevos villaroy con ensalada / Villaroy eggs with salad</p> <p>Yogurt, pan / yogurt, bread</p>	<p>Pure de calabacin / Courgette cream</p> <p>Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables</p> <p>Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread</p>	<p>Arroz con magro / Stew rice with meat</p> <p>Limanda empanada con lechuga y maiz / breaded limanda with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Ramitos de coliflor rebozada / Battered cauliflower</p> <p>Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
8	9	10	11	12
<p>Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo</p> <p>Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad</p> <p>Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly</p>	<p>Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham</p> <p>Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Arroz con tomate / Rice intomato sauce</p> <p>Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad</p> <p>Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread</p>	<p>Crema de puerros / Leek cream</p> <p>Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Alubias blancas guisadas / Beans stew</p> <p>Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
15	16	17	18	19
<p>Macarrones con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey</p> <p>Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad</p> <p>Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread</p>	<p>Verduras guisadas o pure de verdura / Vegetables stew or puree</p> <p>Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Fidegüa de Pollo / chicken fideus</p> <p>Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad</p> <p>Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread</p>	<p>Brocoli rebozado / Battered broccoli</p> <p>Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Sopa de Cocido / Stew Soup</p> <p>Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
22	23	24	25	26
<p>Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce</p> <p>Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad</p> <p>Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread</p>	<p>Menestra de verduras / Vegetables stew</p> <p>Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce</p> <p>Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad</p> <p>Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread</p>	<p>Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree</p> <p>Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>	<p>Champiñones rehogados con jamon / Sauted mushrooms with ham</p> <p>Tortilla de calabacin con lechuga y maiz / Courgette omelette with salad</p> <p>Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread</p>
29	30			
<p>Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal</p> <p>Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad</p> <p>Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread</p>	<p>Crema de calabaza / Pupkin cream</p> <p>Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous</p> <p>Pera ecologica y leche, pan / Bio pear and milk, bread</p>			

La sopa de cocido se elaborara con caldo realizado con carne y pollo aparte, sin contacto con garbanzos



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
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta sin huevo con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos villaroy con ensalada / Villaroy eggs with salad Yogurt, pan / yogurt, bread	Pure de calabacin / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maiz / breaded limanda with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Ramitos de coliflor rebozada / Battered cauliflower Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew withvegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
15	16	17	18	19
Macarrones con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegua de Pollo / chicken fideus Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rebozado / Battered broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Tortilla de calabacin con lechuga y maiz / Courgette omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Crema de calabaza / Pupkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecologica y leche, pan / Bio pear and milk, bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN LECHE Y FRUTO SECO NOVEMBER WITHOUT MILK AND NUTS

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos cocidos con ensalada / Boiled eggs with salad Suitable dessert, pan / Postre apto, bread	Pure de calabacín / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maíz / breaded limanda with salad Fruta, pan / Fruit , bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta, pan / Fruit , bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Tortilla de jamon con lechuga y maíz y aceitunas / Ham omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread
15	16	17	18	19
Macarrones con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread	Fidegüa de Pollo / chicken fideus Filete de abadejo con lechuga y maíz / Baked abadejo with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Brocoli rehogado / sauted broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta, pan / Fruit , bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan / Fruit , bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in tomato sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta, pan / Fruit , bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrot and leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta, pan / Fruit , bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Tortilla de calabacín con lechuga y maíz / Courgette omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecologica , pan / Bio pear , bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA

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

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIERCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos cocidos con ensalada / Boiled eggs with salad Suitable dessert, pan / Postre apto, bread	Pure de calabacin / Courgette cream Jamoncitos de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Limanda empanada con lechuga y maiz / breaded limanda with salad Fruta, pan / Fruit , bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta, pan / Fruit , bread	Arroz con tomate / Rice intomato sauce Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta, pan / Fruit , bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Rosti de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham rosti with salad Fruta, pan / Fruit , bread
15	16	17	18	19
Macarrones sin huevo con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Salmón al horno con ensalada / Baked salmon with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Verduras guisadas o pure de verdura / Vegetables stew or puree Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta, pan / Fruit , bread	Arroz de Pollo / chicken rice Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Brocoli rehogado / sauted broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecologico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta, pan / Fruit , bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta, pan / Fruit , bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in toamto sauce Merluza horno con ensalada / Battered hake with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta, pan / Fruit , bread	Espaguetis sin huevo boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce Lomo con ensalada / Fried pork loin with salad Fruta, pan integral/ Fruit , bread	Pure de zanahoria ecologica, puerro y patata / Carrotand leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta, pan / Fruit , bread	Champiñones rehogados con jamon / Sauted mushrooms with ham Rosti de calabacin con lechuga y maiz / Courgette rosti with salad Fruta, pan / Fruit , bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Bacalao con ensalada mixta/ Baked cod with salad Suitable dessert, pan integral / Postre apto, bread	Crema de calabaza / Pupkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecologica , pan / Bio pear , bread			



ARTESANIA GASTRONOMICA ALCARREÑA



NOVIEMBRE MENU SIN PESCADO NOVEMBER WITHOUT FISH MENU

LUNES / MONDAY	MARTES / TUESDAY	MIÉRCOLES / WEDNESDAY	JUEVES / THURSDAY	VIERNES / FRIDAY
1	2	3	4	5
FESTIVO	Pasta con tomate / Pasta in tomato sauce Huevos cocidos con ensalada / boiled eggs with salad Yogurt, pan / yogurt, bread	Pure de calabacín / Courgette cream Jamón de pollo asados con verduras / Baked chicken with vegetables Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Arroz con magro / Stew rice with meat Lomo con lechuga y maíz / breaded pork loin with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	coliflor rehogada o pure / sautes cauliflower or puree Pavo guisado con verduras / Turkey stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
8	9	10	11	12
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo Pollo con lechuga y zanahoria / Baked chicken with salad Gelatina de frutas pan integral /Fruit jelly	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sautéed ecologic Green Beans with ham Lacón al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables Salchichas pavo horno con ensalada mixta / Baked cod with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew Tortilla de jamón con lechuga y maíz y aceitunas / Ham omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
15	16	17	18	19
Macarrones con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey Cinta lomo al horno con ensalada / Baked salmon with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo / chicken fideus Filete de pollo con lechuga y maíz / Baked chicken with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / sautéed broccoli Hamburguesa de ternera con arroz ecológico integral / grilled veal burger with pilaf rice Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
22	23	24	25	26
Arroz con salsa de tomate / Rice in tomato sauce hamburguesa horno con ensalada / Baked burger with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Pure de zanahoria ecológica, puerro y patata / Carrot and leek puree Escalope de pollo con lechuga tomate y aceituna/ Breaded chicken with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria / lentils stew with vegetables Tortilla de calabacín con lechuga y maíz / Courgette omelette with salad Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
29	30			
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal Lacón asado con ensalada mixta/ Baked ham with salad Yogur de fruta, pan integral / Fruit Yoghurt, bread	Crema de calabaza / Pumpkin cream Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous Pera ecológica y leche, pan / Bio pear and milk, bread			