

# NOVIEMBRE

## SIN HUEVO

### MONDAY

### TUESDAY

### WEDNESDAY

### THURSDAY

### FRIDAY

**1** Kcal HC Lip Prot

**FESTIVO**

**2** Kcal HC Lip Prot  
558 63 23 24

Menestra de verduras rehogadas con ajada dulce.

Hamburguesa a la plancha con patatas fritas.

Lácteo de sabores.

**3** Kcal HC Lip Prot  
721 74 41 20

**Tallarines SH al pomodoro con hierbas aromáticas.**

Filete de abadejo en tempura con ensalada de lechuga, tomate y brotes de soja.

Fruta de temporada.

**4** Kcal HC Lip Prot  
637 98 17 22

Crema de verduras.

Fideuá de cerdo con verduras de temporada.

Lácteo de sabores.

**5** Kcal HC Lip Prot  
552 48 27 29

Guiso de patatas a la riojana con chorizo.

Salmón al horno con ensalada de lechuga, maíz y zanahoria.

Fruta de temporada

**8** Kcal HC Lip Prot  
651 80 10 39

Lentejas estofadas.

Filete de palometa en tempura con parmentier de patata.

Fruta de temporada

**9** Kcal HC Lip Prot  
634 70 23 38

Crema de calabaza natural.

Ragout de pavo a la jardinera con arroz pilaf.

Lácteo de sabores.

**10** Kcal HC Lip Prot  
696 66 37 27

Judías verdes con virutas de jamón.

**Frankfurt con patatas fritas.**

Fruta de temporada

**11** Kcal HC Lip Prot  
706 96 23 29

**Coditos SH con salsa de tomate y orégano.**

Suprema de merluza en tempura con ensalada mediterránea de olivas negras.

Natillas.

**12** Kcal HC Lip Prot  
448 37 25 19

Brócoli con zanahoria baby.

**Nuggets con arroz y salsa de tomate.**

Fruta de temporada

**15** Kcal HC Lip Prot  
579 74 20 26

Crema hortelana de verduras.

Filete de pollo con patatas fritas.

Fruta de temporada

**16** Kcal HC Lip Prot  
754 74 32 41

Garbanzos guisados con daditos de Bacon.

Lomo de cerdo a la plancha con ensalada de tomate, lechuga y brotes de soja.

Lácteo de sabores.

**17** Kcal HC Lip Prot  
525 75 13 26

Arroz con salsa de tomate y albahaca.

Jurel al horno con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.

Fruta de temporada

**18** Kcal HC Lip Prot  
541 68 22 19

Crema de verduras al natural.

**Pizza SH.**

Gelatina de sabores.

**19** Kcal HC Lip Prot  
671 73 18 29

**Tallarines SH allá norma.**

**Bacalao con ensalada de olivas verdes.**

Fruta de temporada

**22** Kcal HC Lip Prot  
585 80 15 26

**Espaguetis SH al pomodoro.**

Merluza en tempura con ensalada de lechuga, tomate y maíz.

Fruta de temporada

**23** Kcal HC Lip Prot  
691 83 19 47

Crema de zanahoria.

**Filete de pavo con ensalada de la huerta.**

Lácteo de sabores.

**24** Kcal HC Lip Prot  
561 72 24 13

Arroz a la milanesa.

Filete de palometa con ensalada de lechuga, tomate y zanahoria.

Fruta de temporada

**25** Kcal HC Lip Prot  
651 64 28 49

Sopa de pasta SH.

Cocido gallego.

Lácteo de sabores.

**26** Kcal HC Lip Prot

**JORNADA PEPE RGUEZ. IMPERIO ROMANO**

Lentejas con falso garum.

Pollo al estilo Vardano.

Flan de vainilla.



**29** Kcal HC Lip Prot  
684 83 24 33

**Macarrones SH gratinados con dados de berenjena.**

Jurel al horno con ajos confitados y ensalada de mediterránea de olivas negras.

Fruta de temporada

**30** Kcal HC Lip Prot  
541 89 30 32

Crema de calabacín natural.

**Farfalle SH con salsa boloñesa.**

Lácteo de sabores.

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot