



MENU BASAL



COLEGIO LA ASUNCIÓN - OCTUBRE 2025



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES



Lentejas castellanas a la jardinera
 Bacalao empanado con ensalada
 Fruta fresca de temporada

Judías verdes rehogadas con york y
 cebolla
 Jamoncitos de pollo al horno con
 manzana asada
 Lácteo

Potaje de garbanzos con verduras
 Merluza en salsa, con ensalada
 Fruta fresca de temporada

6

7

8

9

10

Crema de hortalizas frescas
 Calamares en salsa
 Fruta fresca de temporada

Alubias pintas con calabaza y patata
 Hamburguesa mixta al horno con
 tomate
 Fruta fresca de temporada

Arroz campero
 San Jacobo de jamón y queso con
 ensalada mixta
 Fruta fresca de temporada

Sopa de cocido
 Cocido completo con verduras,
 ternera y pollo
 Lácteo

Macarrones con tomate
 Tortilla de patata con ensalada
 Fruta fresca de temporada

13

14

15

16

17



FESTIVO

Lentejas y verduras
 Filete de merluza con salsa y dados
 de tomate natural asado
 Fruta fresca de temporada

Macarrones integrales con queso
 Pollo asado en su jugo con rodajas de
 calabacín
 Fruta fresca de temporada

Estofado de alubias blancas con
 calabaza y repollo
 Albóndigas de ternera con tomate
 casero y ensalada
 Lácteo

Arroz blanco salteado con salsa de
 tomate casera
 Tortilla francesa con ensalada
 Fruta fresca de temporada

20

21

22

23

24

Espirales de pasta con salsa de
 tomate casero y queso
 Merluza empanada con ensalada
 primavera
 Fruta fresca de temporada

Guiso de patatas y hortalizas
 frescas
 Lomo a la plancha con patatas
 Fruta fresca de temporada

Judías verdes a la Provenzal (jamón)
 Tortilla de patata con ensalada
 Fruta fresca de temporada

Sopa de cocido
 Cocido completo con verduras,
 ternera y pollo
 Lácteo

Paella mixta
 Bacalao rebozado con ensalada
 Fruta fresca de temporada

27

28

29

30

31

Crema de calabaza con picatostes
 Sajoria a la plancha con ensalada
 Fruta fresca de temporada

Alubias blancas estofadas
 Albondigas mixtas en salsa verde
 Fruta fresca de temporada

Arroz tres delicias
 Merluza a la andaluza con limón y
 ensalada mixta
 Fruta fresca de temporada

Lentejas a la jardinera
 Jamoncitos de pollo asados con
 ensalada oriental
 Lácteo

Coditos de pasta con queso
 Tortilla española con ensalada
 primavera
 Fruta fresca de temporada