

## MENÚ COMEDOR – COLONIAS ANTONIO MACHADO 2010

<b>Lunes 21</b>	<b>Martes 22</b>	<b>Miércoles 23</b>	<b>Jueves 24</b>	<b>Viernes 25</b>
Judías verdes rehogadas ☞ ☞ Escalope a la milanesa con ensalada ☞ ☞ Yogur	Lentejas con arroz ☞ ☞ Filete de lenguado rebozado con tomate natural ☞ ☞ Fruta	Patatas a la riojana ☞ ☞ Pollo asado con lechuga ☞ ☞ Fruta	Tallarines gratinados ☞ ☞ Albóndigas caseras en salsa jardinera ☞ ☞ Natillas	Arroz blanco con tomate ☞ ☞ Sanjacobo casero con ensalada ☞ ☞ Fruta
<b>Lunes 28</b>	<b>Martes 29</b>	<b>Miércoles 30</b>	<b>Jueves 1</b>	<b>Viernes 2</b>
Espaguetis a la napolitana ☞ ☞ Merluza rebozada con lechuga ☞ ☞ Fruta	Puré de verduras ☞ ☞ Lomo adobado con patatas ☞ ☞ Yogur	Garbanzos estofados a la casera ☞ ☞ Filetes rusos caseros en salsa española ☞ ☞ Fruta	Arroz a la milanesa ☞ ☞ Delicias de pescado con ensalada ☞ ☞ Fruta	Menestra de verduras ☞ ☞ Pechuga de pollo rebozada con tomate natural ☞ ☞ Yogur
<b>Lunes 5</b>	<b>Martes 6</b>	<b>Miércoles 7</b>	<b>Jueves 8</b>	<b>Viernes 9</b>
Arroz blanco con tomate ☞ ☞ Lomo adobado con champiñones ☞ ☞ Fruta	Macarrones al gratén ☞ ☞ Filete de gallo a la inglesa ☞ ☞ Actimel	Lentejas maravilla ☞ ☞ Salchichas Frankfurt con tomate ☞ ☞ Fruta	Judías verdes con refrito ☞ ☞ Muslo de pollo asado al limón con rodaja de tomate ☞ ☞ Yogur	Sopa casera de cocido con pasta ☞ ☞ Chuleta al chilindrón ☞ ☞ Fruta
<b>Lunes 12</b>	<b>Martes 13</b>	<b>Miércoles 14</b>	<b>Jueves 15</b>	<b>Viernes 16</b>
Menestra de verduras con patatas dado ☞ ☞ Lomo a la riojana ☞ ☞ Yogur	Garbanzos a la castellana ☞ ☞ Sanjacobo casero con ensalada ☞ ☞ Fruta	Arroz a la cubana ☞ ☞ Merluza rebozada con lechuga ☞ ☞ Almíbar	Fideuá ☞ ☞ Hamburguesas caseras en salsa hortelana ☞ ☞ Fruta	Puré de zanahorias con costrones ☞ ☞ Jamoncitos de pollo a la almendra con rodaja de tomate ☞ ☞ Flan
<b>Lunes 19</b>	<b>Martes 20</b>	<b>Miércoles 21</b>	<b>Jueves 22</b>	<b>Viernes 23</b>
Espirales a la italiana ☞ ☞ Panga a la andaluza ☞ ☞ Fruta	Patatas a la riojana ☞ ☞ Filete de cabezada empanado con ensalada ☞ ☞ Natillas	Judías verdes con patata y zanahoria ☞ ☞ Albóndigas caseras con tomate ☞ ☞ Fruta	Lentejas con arroz ☞ ☞ Salchichas en salsa ☞ ☞ Fruta	Arroz blanco con tomate ☞ ☞ Pechuga de pollo a la inglesa con lechuga ☞ ☞ Yogur
<b>Lunes 26</b>	<b>Martes 27</b>	<b>Miércoles 28</b>	<b>Jueves 29</b>	<b>Viernes 30</b>
Puré de calabacín ☞ ☞ Escalope con lechuga ☞ ☞ Yogur	Verdura del tiempo rehogada ☞ ☞ Librillo de jamón York y queso con patatas ☞ ☞ Fruta	Garbanzos al estilo casero ☞ ☞ Pollo asado en su jugo con tomate natural ☞ ☞ Almíbar	Paella valenciana ☞ ☞ Filetes rusos caseros en salsa de almendras ☞ ☞ Fruta	Tallarines con tomate ☞ ☞ Formas de pescado con ensalada ☞ ☞ Actimel