MENÚ NOVIEMBRE 2026

RIALLA LLAR D'INFANTS

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
DESAYUNO	Vaso de leche con galletas integrales	Yogur natural sin azúcar con fruta troceada	Pan integral con loncha de pavo y bebida vegetal	Bizcocho casero de limón sin azúcar y bebida vegetal	Vaso de leche y tortitas de maíz
COMIDA	2 - Crema de espinacas y puerros. -Varitas de pavo caseras rebozadas con harina integral, al horno - Fruta.	3 - Crema de judías blancas con verduras - Pescado al horno con patata laminada y tomate natural - Fruta.	4 - Fideos a la cazuela -Albóndigas de ternera con salsa de tomate natural y verduras - Fruta.	5 - Sopa de verduras con pasta de estrellitas -Pescado blanco a la plancha con láminas de calabacín - Fruta.	6 - Verduras variadas (calabaza, boniatos, patatas y zanahoria) - Tortilla francesa con berenjenas -Fruta.
	9 - Lacitos de colores con aceite de oliva virgen extra y queso rallado - Tofu a la plancha con un toque de ajo y perejil - Fruta.	10 - Arroz caldoso con verduras y dados de ternera - Fruta.	11 -Puré de brócoli, judía verde, zanahoria y patatas -Filete de pollo rebozado con harina integral y semillas de sésamo - Fruta.	12 -Crema de garbanzos y verduras -Pescado al horno con tomate natural y cebolla - Fruta.	13 - Sopa de cocido con pasta de cabello de ángel - Tortilla francesa con atún - Fruta.
	16 - Tallarines con salsa de tomate natural -Nuggets caseros de pollo rebozados con harina integral - Fruta.	17 - Crema de acelgas y verduras -Pescado blanco al horno con un toque de limón - Fruta.	18 - Lentejas con verduras caseras -Tortilla de patatas y calabacín - Fruta.	19 - Arroz blanco con salsa boloñesa casera (tomate natural, verduras y carne de ternera picada) - Fruta.	20 - Crema de verduras de temporada - Pescado blanco al horno - Fruta.
	23 - Crema de zanahorias, puerros y patatas -Filete de pollo a la plancha -Fruta.	24 - Sopa de verduras con arroz integral - Pescado blanco al horno con rodajas de berenjena - Fruta.	25 - Espaguetis integrales con salsa de tomate natural -Varitas de pavo caseras, rebozadas con harina integral, al horno -Fruta.	26 - Crema de verduras (coliflor, zanahorias y patatas) -Albóndigas de ternera a la jardinera - Fruta.	27 - Sopa de cocido con pasta maravilla - Tortilla francesa - Fruta.
	30 - Crema de judías blancas con verduras -Tofu marinado a la plancha -Fruta.				
MERIENDA	Bebida vegetal con tostadas de pan integral y queso fresco	Vaso de leche con tortitas de maíz y pavo	Bebida vegetal y bizcocho casero de limón sin azúcar	Yogur natural sin azúcar con fruta troceada	Vaso de leche y bizcocho casero sin azúcar

