


# MENÚ NOVIEMBRE 2023 COSME LÓPEZ

Sin Pescado, Sin Marisco - - IES Cosme López Rodríguez

| Lunes  | Martes | Miércoles  | Jueves | Viernes |
|--|--------|--|--------|---------|
|  |        | 1<br><br>FESTIVO | 2      | 3       |
| 6<br>Lentejas Estofadas con Verduras<br>Lentillas Estofadas con Verduras<br>Tortilla de Patata<br>Tortilla de Patata<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Ensalada de Leituga e Millo<br>Fruta de Temporada y Pan<br>Froita de Tempada e Pan | 7      | 8  | 9      | 10      |
| 13<br>Guisantes Rehogados<br>Chícharos Rehogados<br>Albóndigas de Ternera en Salsa<br>Albóndegas de Tenreira en Salsa<br>Arroz Pilaf<br>Arroz Pilaf<br>Fruta de Temporada y Pan<br>Froita de Tempada e Pan                               | 14     | 15   | 16     | 17      |
| 20<br>Garbanzos Estofados<br>Garavanzos Estofados<br>Pollo al Ajillo<br>Pito ao Allo<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Ensalada de Leituga e Cenoria<br>Fruta de Temporada y Pan<br>Froita de Tempada e Pan                          | 21     | 22   | 23     | 24      |
| 27<br>Coliflor en Ajada<br>Coliflor en Ajada<br>Pavo Guisado a la Jardinera<br>Pavo guisado con verduras   | 28     | 29   | 30     |         |
| Fruta de Temporada y Pan<br>Froita de Tempada e Pan  |        |  |        |         |


mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

# MENÚ NOVIEMBRE 2023 COSME LÓPEZ

Sin Mejillón - - IES Cosme López Rodríguez

| Lunes  | Martes | Miércoles  | Jueves | Viernes |
|--|--------|--|--------|---------|
|  |        | 1<br><br>FESTIVO | 2      | 3       |
| 6<br>Lentejas Estofadas con Verduras<br>Lentillas Estofadas con Verduras<br>Tortilla de Patata<br>Tortilla de Patata<br>Ensalada de Lechuga y Maíz<br>Ensalada de Leituga e Millo<br>Fruta de Temporada y Pan<br>Froita de Tempada e Pan | 7      | 8  | 9      | 10      |
| 13<br>Guisantes Rehogados<br>Chícharos Rehogados<br>Albóndigas de Ternera en Salsa<br>Albóndegas de Tenreira en Salsa<br>Arroz Pilaf<br>Arroz Pilaf<br>Fruta de Temporada y Pan<br>Froita de Tempada e Pan                               | 14     | 15   | 16     | 17      |
| 20<br>Garbanzos Estofados<br>Garavanzos Estofados<br>Pollo al Ajillo<br>Pito ao Allo<br>Ensalada de Lechuga y Zanahoria<br>Ensalada de Leituga e Cenoria<br>Fruta de Temporada y Pan<br>Froita de Tempada e Pan                          | 21     | 22   | 23     | 24      |
| 27<br>Coliflor en Ajada<br>Coliflor en Ajada<br>Pavo Guisado a la Jardinera<br>Pavo guisado con verduras   | 28     | 29   | 30     |         |
| Fruta de Temporada y Pan<br>Froita de Tempada e Pan  |        |  |        |         |

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ

# MENÚ NOVIEMBRE 2023 COSME LÓPEZ

Sin Proteína de Vaca - - IES Cosme López Rodríguez

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

1



FESTIVO

2

3

6

Lentejas Estofadas con Verduras  
Lentillas Estofadas con Verduras  
Tortilla de Patata  
Tortilla de Patata  
Ensalada de Lechuga y Maíz  
Ensalada de Leituga e Millo  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

7

8

9

10

13

Guisantes Rehogados  
Chícharos Rehogados  
Magro de Cerdo con Tomate  
Magro de Porco con Tomate  
Arroz Pilaf  
Arroz Pilaf  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

14

15

16

17

20

Garbanzos Estofados  
Garavanzos Estofados  
Pollo al Ajillo  
Pito ao Allo  
Ensalada de Lechuga y Zanahoria  
Ensalada de Leituga e Cenoria  
Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

21

22

23

24

27

Coliflor en Ajada  
Coliflor en Ajada  
Pavo Guisado a la Jardinera  
Pavo guisado con verduras

28

29

30

Fruta de Temporada  
Froita de Tempada

mediterránea

FRUTA VARIADA y de TEMPORADA.

REGLAMENTO 1169/2011. TODA LA INFORMACIÓN RELATIVA A LOS ALÉRGENOS QUE COMPONEN NUESTROS PLATOS SE ENCUENTRA EN EL CENTRO. PARA CUALQUIER CONSULTA AL RESPECTO, NUESTRO PERSONAL LE ATENDERÁ