

OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA

(De 3º de primaria hasta secundaria)

	Lunes DIA 29	Martes DIA 30	Miercoles DIA 1	Jueves DIA 2	Viernes DIA 3
Primer Plato	ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)	VICHYSOISE (crema de leche, puerros y patatas) (7, 12)	BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS (12)	ENSALADA DE FUSSILIS (tomate, aceitunas verdes, atún, maíz y orégano) (1, 4, T6, T10)	LENTEJAS ESTOFADAS CON CALABAZA (9, T1)
Opción 2	ARROZ A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (2, 4, 9, 14, T4)	ACELGAS CON PATATAS HERVIDAS (12)	CREMA DE CALABACÍN Y ALBAHACA (12)	MACARRONES A LA BOLOÑESA (carne picada y salsa de tomate CASERA) (1, 12, T6, T10)	GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate)
Segundo Plato	TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3)	RAGOUT DE PAVO (1, 6)	SALCHICHAS DE CERDO A LA PLANCHA (6, 12)	PESCADO DE MERCADO (4)	POLLO EN ESCABECHE DE NARANJA (12)
Guarnición	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ	JARDINERA	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ACEITUNAS VERDES Y REMOLACHA	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGURES DE SABORES (7)	FRUTA DE TEMPORADA



OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA

(De 3º de primaria hasta secundaria)

	Lunes DIA 6	Martes DIA 7	Miercoles DIA 8	Jueves DIA 9	Viernes DIA 10
Primer Plato	MACARRONES CON SOFRITO DE VERDURAS (tomate, zanahoria y cebolla) (1, T6, T10)	PAELLA DE VERDURAS (judía verde,champiñones,zanahorias y guisantes)	CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) (12)	SOPA DE COCIDO (1, 3, 12, T3, T6, T10)	JUDÍA VERDE CON CALABAZA
Opción 2	LACITOS CON SALSA DE BROCOLI Y PARMESANO (1, 3, 7, T6, T10)	ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)	VERDURAS GRATINADAS CON BECHAMEL (brócoli y colilfor) (7, T5, T8, T11)	SOPA DE COCIDO (1, 3, 12, T3, T6, T10)	CREMA DE GUISANTES CON JAMÓN Y HUEVO RALLADO (3, 7, 12, T3)
Segundo Plato	CABEZA DE LOMO RUSTIDA (12)	ATÚN A LA PLANCHA (1, 4, 6)	POLLO A LA MOSTAZA (7, 10)	COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (12)	TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3, 12)
Guarnición	ENSALADA DE LECHUGA, MAÍZ Y ACEITUNAS NEGRAS	EDAMAMES HERVIDOS (6)	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ	COL SALTEADA	ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA Y OLIVAS NEGRAS
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGURES DE SABORES (7)



OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA

(De 3º de primaria hasta secundaria)

	Lunes DIA 13	Martes DIA 14	Miercoles DIA 15	Jueves DIA 16	Viernes DIA 17
Primer Plato		ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)	ESPAGUETIS CON CREMA DE CHAMPIÑONES (1, 7, T3, T6, T10)	CREMA DE VERDURAS (brócoli, cebolla y patata) (12)	ALUBIAS PINTAS CON CHORIZO
Opción 2		ARROZ TRES DELICIAS (guisantes, maíz dulce y zanahorias)	FIDEUÁ DE VERDURAS CON ALIOLI (opcional) (1, 3, 9, T6, T10)	JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR (12)	LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (T1)
Segundo Plato	<i>Festivo</i>	HUEVOS A LA VILLARROY (1, 3, 6, 7, T2, T4, T9, T10, T14)	BACALAO AL HORNO (con cebolla y tomate natural) (4)	POLLO A LAS FINAS HIERBAS (9)	MERLUZA A LA PLANCHA CON AJO Y PEREJIL (4)
Guarnición		JUDÍA VERDE SALTEADA	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ	PATATAS FRITAS	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, PIMIENTO ROJO Y ZANAHORIA
Postre		FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGURES DE SABORES (7)	FRUTA DE TEMPORADA



OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA

(De 3º de primaria hasta secundaria)

	Lunes DIA 20	Martes DIA 21	Miercoles DIA 22	Jueves DIA 23	Viernes DIA 24
Primer Plato	CREMA DE PUERROS, PATATA Y ZANAHORIA (12)	JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR (12)	MACARRONES CON CHORIZO (1, T6, T10)	GARBANZOS ESTOFADOS CON ESPINACAS	ARROZ A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (2, 4, 9, 14, T4)
Opción 2	COLIFLOR CON ZANAHORIAS HERVIDAS	CREMA DE VERDURAS (brócoli, cebolla y patata) (12)	SOPA CASERA CON CODITOS (1, 3, 9, 12, T6, T10)	FABADA ASTURIANA	ARROZ BASMATI CON VERDURAS Y CURRY (1, 10)
Segundo Plato	ALBÓNDIGAS MIXTAS CON SALSA DE CEBOLLA Y CANELA (cerdo y ternera) (1, 9, 10, 11)	POLLO RUSTIDO AL HORNO	MERLUZA A LA MARINERA (fumet casero) (1, 2, 4, 9, 14, T4)	RAGOUT DE PAVO (1, 6)	PESCADO DE MERCADO (4)
Guarnición	ARROZ SALTEADO	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS	GUISANTES SALTEADOS	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, MAIZ Y REMOLACHA	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y TOMATE
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGURES DE SABORES (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA



OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA

(De 3º de primaria hasta secundaria)

	Lunes DIA 27	Martes DIA 28	Miercoles DIA 29	Jueves DIA 30	Viernes DIA 31
Primer Plato	LENTEJAS ESTOFADAS CON PANCETA Y CHORIZO (sofrito de cebolla, ajos, pimientos y tomate) (T1)	SOPA DE COCIDO (1, 3, 12, T3, T6, T10)	ACELGAS CON PATATAS HERVIDAS (12)	ARROZ CINCO DELICIAS (pavo ahumado, maíz, tortilla, guisantes y zanahoria) (3)	CREMA DE CALABAZA (patata y cebolla) (12)
Opción 2	GUISANTES SALTEADOS CON JAMÓN	SOPA DE COCIDO (1, 3, 12, T3, T6, T10)	CREMA DE BONIATO Y ZANAHORIA CON HINOJO	RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3)	MENESTRA DE VERDURAS CON PATATA (calabacín, zanahoria y judías verdes) (12)
Segundo Plato	TORTILLA DE JAMÓN COCIDO Y QUESO (3, 7, T3)	COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (12)	RAGOUT DE TERNERA	BACALAO AL PIL PIL (4)	POLLO AL HORNO CON TOMILLO
Guarnición	TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS	COL SALTEADA	PATATAS COCIDAS	GUISANTES SALTEADOS	CHAMPIÑONES SALTEADOS CON AJO Y PEREJIL
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	NATILLAS DE CHOCOLATE (3, 7)

