

OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA



	Lunes DIA 28	Martes DIA 29	Miercoles DIA 30	Jueves DIA 1	Viernes DIA 2
Primer Plato				JUDÍA VERDE CON TOMATE (12)	SOPA DE COCIDO (1, 3, 12, T6, T9, T10)
Opción 2				PURÉ DE LA HUERTA (12, T9)	
Segundo Plato				POLLO AL HORNO CON TOMILLO	COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (12, T9)
Guarnición				PATATA PLATILLO	
Postre				FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR (7)

* Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA



	Lunes DIA 5	Martes DIA 6	Miercoles DIA 7	Jueves DIA 8	Viernes DIA 9
Primer Plato	MACARRONES INTEGRALES A LA NAPOLITANA CON QUESO RALLADO (salsa de tomate casera) (1, 7, T3, T6, T10)	CREMA DE VERDURAS (7, 12)	LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (T1, T9)	ARROZ TRES DELICIAS (guisantes,maíz dulce y zanahorias) (T9)	ALUBIAS ESTOFADAS (T9)
Opción 2	SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 9, 12, T3)	BRÓCOLI CON PATATAS HERVIDAS (12)	MENESTRA DE VERDURAS (coliflor, guisantes, judía verde y zanahoria) (T9)	RISOTTO DE SETAS Y CALABAZA (7, 9, T3, T9)	GARBANZOS AL CURRY (T1, T10)
Segundo Plato	MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4)	RAGOUT DE PAVO (1, 6)	HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3)	ALBÓNDIGAS MIXTAS (cerdo y ternera) CON SALSA DE TOMATE (6, 12, T9)	POLLO AL AJILLO
Guarnición	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE, PEPINO Y MAIZ	ARROZ SALTEADO		ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, MAIZ Y REMOLACHA	TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR (7)	FRUTA DE TEMPORADA

* Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA



	Lunes DIA 12	Martes DIA 13 	Miercoles DIA 14	Jueves DIA 15	Viernes DIA 16 
Primer Plato		ARROZ CON COSTILLA, VERDURAS I GUISANTES (T9)	ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA (salsa de tomate CASERA y carne picada) (1, 12, T3, T6, T10)	CREMA DE VERDURAS (12, T9)	SOPA DE COCIDO (1, 3, 12, T6, T9, T10)
Opción 2			ENSALADA DE PASTA (1, 4, T6, T10)	VERDURAS EN TEMPURA (1, T7, T9)	
Segundo Plato	FESTIVO	CROQUETAS DE JAMÓN (1, 3, 7, T2, T3, T4, T6, T9, T14)	LOMO DE CAÑA A LA PLANCHA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	COCIDO MADRILEÑO (garbanzos, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (12, T9)
Guarnición		ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ZANAHORIA Y ACEITUNAS NEGRAS (T9)	CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA	PATATA PANADERA	
Postre		FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR (7)

* Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

13: Día mundial del huevo
16: Día mundial de la alimentación

OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA



	Lunes DIA 19	Martes DIA 20	Miercoles DIA 21	Jueves DIA 22	Viernes DIA 23
Primer Plato	MENESTRA DE VERDURAS (T9)	MACARRONES CON SALSA DE CALABAZA, CEBOLLA Y PUERRO (1, T6, T10)	CREMA DE ZANAHORIAS (patata y cebolla) (12, T9)	LENTEJAS ESTOFADAS (T1, T9)	PAELLA DE VERDURAS (T9)
Opción 2	CREMA DE CHAMPIÑONES (12)	SOPA DE PICADILLO (1, 3, 9, 12, T3, T6, T10)	COLIFLOR HERVIDA CON PATATAS (12)	GARBANZOS, CUSCÚS Y VERDURAS (1, T6, T9, T10)	
Segundo Plato	ALBÓNDIGAS VEGETARIANAS CON SALSA DE TOMATE (T6) *	MERLUZA A LA GALLEGA (al horno con cebolla y pimentón dulce) (4, T2, T14)	POLLO REBOZADOS CON PANKO (1, 3, T6, T10)	LASAÑA DE VERDURAS (1, 2, 3, 4, 6, 7, 14)	CABEZA DE LOMO RUSTIDA
Guarnición	ARROZ SALTEADO	ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ (T9)	TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, MAIZ Y REMOLACHA	ZANAHORIA GLASEADA CON MANTEQUILLA DE HIERBAS (7, T9)
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR (7)	FRUTA DE TEMPORADA

* Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.

OCTUBRE | COLEGIO SANTA GEMA



	Lunes DIA 26	Martes DIA 27	Miercoles DIA 28	Jueves DIA 29	Viernes DIA 30
Primer Plato	ARROZ MARINERA (rape y gambitas) (2, 4, 9, 12, 14, T2, T4, T9)	CREMA DE VERDURAS	FABADA ASTURIANA (T9)	SOPA DE COCIDO (1, 12, T3, T6, T9, T10)	CREMA DE CALABAZA (12)
Opción 2		VERDURAS GRATINADAS CON BECHAMEL (brócoli y coliflor) (7)	LENTEJAS CON ARROZ (T1, T9)		COLIFLOR HERVIDA CON PATATAS (12)
Segundo Plato	HUEVOS GRATINADOS CON BECHAMEL (1, 3, 7, T3)	BURRITOS DE PAVO (1, 10, T1, T9, T10)	SALMÓN AL HORNO (4)	COCIDO MADRILEÑO (GARBANZOS, ternera, pollo, chorizo y morcilla) (12, T9)	POLLO AL HORNO CON CASTAÑAS
Guarnición	ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ (T9)	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y MAIZ	ENSALADA DE HOJA DE ROBLE CON TOMATE Y ZANAHORIA (T9)	*	PATATAS FRITAS
Postre	FRUTA DE TEMPORADA	YOGUR (7)	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA

* Proteína de origen vegetal (legumbres o derivados), conforme a lo establecido en el Real Decreto 315/2025.