


MENÚ OCTUBRE 2021 - MENU OCTOBER 2021

MENÚ VEGETARIANO – VEGETARIAN MENU

THE ENGLISH SCHOOL OF ASTURIAS

LUNES - MONDAY	MARTES – TUESDAY	MIÉRCOLES – WEDNESDAY	JUEVES – THURSDAY	VIERNES - FRIDAY
				1
				<p>LENTEJAS ESTOFADAS ALCACHOFAS CON SETAS FRUTA FRESCA</p>
4	5	6	7	8
<p>CREMA DE CALABACÍN TABOULE FRUTA FRESCA</p>	<p>SALMOREJO CON HUEVO COCIDO PICADO FABAS CON PIÑA EN SU JUGO</p>	<p>SOPA DE VERDURAS CON ESTRELLAS COLIFLOR CON BECHAMEL GRATINADA AL HORNO FRUTA FRESCA</p>	<p>PURE DE VERDURAS, ZANAHORIA Y PATATA PIZZA FRESCA DE CALABACIN Y HUEVO YOGUR</p>	<p>CANELONES DE RICOTTA Y ESPINACA REVUELTO DE BERENJENAS Y PIMIENTO FRUTA FRESCA</p>
11	12	13	14	15
<p>ENSALADA DE PASTA CON TACOS DE QUESO, TOMATE Y CEBOLLA PICADOS QUINOA CON VERDURAS YOGUR</p>	<p>FESTIVO NACIONAL NATIONAL HOLIDAY</p>	<p>CREMA DE CALABAZA VERDURAS EN TEMPURA MACEDONIA DE FRUTAS</p>	<p>PIMIENTOS RELLENOS DE BECHAMEL CON PICADA DE TOMATE Y CEBOLLA TORTILLA DE PATATA YOGUR</p>	<p>ALUBIAS NEGRAS CON ARROZ ENSALADA CAPRESE DE TOMATE, MOZARELLA FRESCA Y ALBAHACA FLAN O FRUTA</p>
18	19	20	21	22
<p>MACARRONES CON BOLOÑESA DE SOJA TEXTURIZADA TORTILLA CALABACÍN Y CEBOLLA FRUTA FRESCA</p>	<p>LENTEJAS ESTOFADAS CON ARROZ SALTEADO DE GUISANTES Y CHAMPIÑONES CON ENSALADA YOGHURT</p>	<p>ENSALADA DE VERDURAS ASADAS Y MOZZARELLA ARROZ CON SALSA DE TOMATE FRESCA FRUTA FRESCA</p>	<p>PURÉ DE GARBANZOS Y VERDURAS CACHOPO DE CALABACIN ENSALADA YOGUR</p>	<p>PIZZA FRESCA DE PIMIENTOS Y ACEITUNAS SEITAN AL AJILLO CON PANADERA FRUTA FRESCA O NATILLAS</p>
25	26	27	28	29
<p>SOPA DE FIDEOS PISTO DE VERDURAS CON HUEVO FRUTA FRESCA</p>	<p>FABAS CON ESPINACAS PATATAS ASADAS CON PIMIENTOS Y CEBOLLA YOGUR</p>	<p>PATATAS GUIADAS TACOS DE SOJA TEXTURIZADA Y PICO DE GALLO FRUTA FRESCA</p>	<p>GARBANZOS ESTOFADOS HAMBURGUESA VEGETAL CON ENSALADA YOGUR O FLAN</p>	<p>DÍA NO LECTIVO SCHOOL CLOSED</p>