

MITATA
 Avda. de las Castañeras, 34
 28939 Arroyomolinos (Madrid)

CUADRO DE MENÚS –DICIEMBRE´12- 0-1

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PURE DE: PATATAS+ REPOLLO+ ZANAHORIA CON: HUEVO	PURE DE: PATATA+ REPOLLO+ ZANAHORIA+ CON: PESCADO	PURE DE: PATATAS+ ACELGA+ ZANAHORIA CON: PAVO	¡FIESTA!	PURE DE: PATATAS+ JUDIAS VERDES+ CEBOLLA CON: POLLO
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PURE DE: PATATAS+ REPOLLO+ ZANAHORIA CON: PAVO	PURE DE: PATATAS+ CALABACIN+ PUERRO CON: TERNERA	PURE DE: PATATAS+ PUERRO+ CEBOLLA CON: PESCADO	PURE DE: PATATAS+ ZANAHORIA+ TOMATE CON: POLLO	PURE DE: PATATAS+ JUDIAS VERDES+ CEBOLLA CON: JAMÓN YORK
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PURE DE: PATATAS+ REPOLLO+ ZANAHORIA CON: HUEVO	PURE DE: PATATAS+ REPOLLO+ PUERRO CON: PESCADO	PURE DE: PATATAS+ JUDIAS VERDES+ TOMATE CON: POLLO	PURE DE: PATATAS+ ACELGA+ ZANAHORIA CON: PAVO	PURE DE: PATATAS+ PUERRO+ CEBOLLA CON: JAMÓN YORK
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PURE DE: PATATA+ JUDIAS VERDES+ CEBOLLA CON: PAVO	¡FIESTA!	PURE DE: PATATAS+ ZANAHORIAS+ PUERRO CON: PESCADO	PURE DE: PATATAS+ ZANAHORIA+ TOMATE CON: JAMÓN YORK	PURE DE: PATATAS+ ACELGAS + CEBOLLA CON: POLLO
LUNES				
PURE DE: PATATA+ REPOLLO+ ZANAHORIA CON: PAVO				

NOTA: TODOS LOS DÍAS TOMARÁN EN EL **POSTRE** UN YOGURT
MERIENDA: PAPILLA DE FRUTAS.

CUADRO DE MENÚS – DICIEMBRE '12 – 1-3

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
CREMA DE ESPINACAS TORTILLA DE PATATAS POSTRE: FRUTA *****	PATATAS RIOJANAS MERLUZA A LA ROMANA POSTRE: FRUTA *****	ESPAGUETIS DE MITATA LOMO EN SALSA POSTRE: NATILLAS CASERAS *****	<h1 style="font-size: 2em;">¡FIESTA!</h1>	LENTEJAS CON ARROZ PATATAS Y VERDURAS POLLO EMPANADO POSTRE: FRUTA *****
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA DE PUCHERO PAVO CON PATATAS PAJA POSTRE: FRUTA *****	PATATAS CON JUDÍAS VERDES FILETE RUSO DE TERNERA POSTRE: FRUTA *****	GARBANZOS CON VERDURAS BARITAS DE PESCADO POSTRE: FRUTA *****	CREMA DE VERDURAS POLLO CON PATATAS FRITAS POSTRE: FRUTA *****	MACARRONES CON TOMATE SALCHICHAS CON MAIZ POSTRE: FRUTA *****
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
SOPA DE PICADILLO TORTILLA DE PATATAS Y ESPINACAS POSTRE: FRUTA *****	PATATAS CON GUIANTES CROQUETAS DE PESCADO POSTRE: FRUTA *****	LENTEJAS CON ARROZ Y VERDURAS POLLO EN PEPITORIA POSTRE: FLAN CASERO *****	ARROZ CON TOMATE PAVO CON MAIZ POSTRE: FRUTA *****	CREMA DE VERDURAS LOMO EN SALSA POSTRE: FRUTA *****
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
TALLARINES CON TOMATE LONCHAS DE PAVO EMPANADAS CON MAIZ POSTRE: FRUTA *****	<h1 style="font-size: 2em;">¡FIESTA!</h1>	CREMA DE ZANAHORIAS PESCADO A LA ROMANA POSTRE: FRUTA *****	PURÉ DE VERDURAS TORTILLA CASTELLANA POSTRE: FRUTA *****	PAELLA DE VERDURAS Y POLLO POSTRE: FRUTA *****
LUNES				
LENTEJAS CON VERDURA Y ARROZ SALCHICHAS CON MAIZ POSTRE: FRUTA *****				

Para **desayunar** recomendamos: zumo de frutas frescas y leche con bollería o cereales. Para **merendar** leche, fruta o zumo con un pequeño bocadillo. En la **cena** procurar dar de postre una pieza de fruta, así como un vaso de leche al acostarse.