



# CUTASA S.L.



## NOVIEMBRE MENU SIN PESCADO NOVEMBER MENU WITHOUT FISH

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1  <b>FESTIVO</b>
4	5	6	7	8
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo  cinta lomo horno con lechuga y zanahoria / Baked pork loin with salad  Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham  Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew  Salchichas con ensalada mixta / Baked sausajes with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream  Pollo estofado con verduras / Chicken stew with vegetables  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables  Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey  Lacon al horno con ensalada mixta / Baked ham with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegüa de Pollo / chicken fideuA  Filete lomo con lechuga y maiz / Baked pork loin with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli  Hamburguesa de ternera con arroz integral / grilled veal burger with pilaf rice  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Arroz tres delicias / Three delights fried rice  Hamburguesa horno con lechuga y maiz / Battered burger with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew  Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce  Lacon horno con ensalada mixta/ Baked ham with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham  Filete de pollo con cous cous / Grilled chicken breast with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria ecologica / lentils stew with vegetables  Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal  Lomo con ensalada mixta/ Baked pork loin with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream  Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli salteado con ajo y pimenton / Sauted broccoli with paprika  Magro guisado con verduras / Pork meat stew with vegetables  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	crema de calabaza / Pumpkin cream  Pavo guisado en salsa gravy con pure de patata  Manzana asada / baked apple	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



# CUTASA S.L.



## NOVIEMBRE MENU SIN LECHE NOVEMBER MENU WITHOUT MILK

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1  <b>FESTIVO</b>
4	5	6	7	8
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo  Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad  Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham  Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree  Fruta y pan / Fruit , bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew  Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad  Fruta y pan / Fruit , bread	Crema de puerros / Leek cream  Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables  Fruta y pan / Fruit , bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables  Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad  Fruta y pan / Fruit , bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey  Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad  Postre apto / Suitable dessert	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad  Fruta y pan / Fruit , bread	Fidegua de Pollo / chicken fideua  Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad  Fruta y pan / Fruit , bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli  Hamburguesa de ternera con arroz integral / grilled veal burger with pilaf rice  Fruta y pan / Fruit , bread	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y pan / Fruit , bread
18	19	20	21	22
Arroz tres delicias / Three delights fried rice  Merluza horno con lechuga y maiz / Battered hake with salad  Postre apto / Suitable dessert	Menestra de verduras / Vegetables stew  Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes  Fruta y pan / Fruit , bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce  Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad  Fruta y pan / Fruit , bread	guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham  Filete de pollo con cous cous / Grilled chicken breast with cous cous  Fruta y pan / Fruit , bread	lentejas con puerro y zanahoria ecologica / lentils stew with vegetables  Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad  Fruta y pan / Fruit , bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal  Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad  Postre apto / Suitable dessert	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream  Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous  Fruta y pan / Fruit , bread	Brocoli salteado con ajo y pimenton / Sauted broccoli with paprika  Magro guisado con verduras / Pork meat stew with vegetables  Fruta y pan / Fruit , bread	crema de calabaza / Pumpkin cream  Pavo guisado en salsa gravy con pure de patata  Manzana asada / baked apple	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y pan / Fruit , bread



# CUTASA S.L.



## NOVIEMBRE MENU SIN HUEVO NOVEMBER MENU WITHOUT EGG

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1  <b>FESTIVO</b>
4	5	6	7	8
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo  Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad  Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham  Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew  Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream  Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables  Rosti de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham rosti with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones sin huevo con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey  Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice  Rosti de patata con lechuga y zanahoria / Potato rosti with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz de Pollo / chicken rice  Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli  Hamburguesa de ternera con arroz integral / grilled veal burger with pilaf rice  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Arroz tres delicias sin huevo / Three delighs fried rice  Merluza horno con lechuga y maiz / Battered hake with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew  Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis sin huevo boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce  Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham  Filete de pollo con cous cous / Grilled chicken breast with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria ecologica / lentils stew with vegetables  Rosti de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette rosti with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal  Bacalao con ensalada mixta/ Baked cod with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream  Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli salteado con ajo y pimenton / Sauted brocoli with paprika  Magro guisado con verduras / Pork meat stew with vegetables  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	crema de calabaza / Pumpkin cream  Pavo guisado en salsa gravy con pure de patata  Manzana asada / baked apple	Sopa de Cocido sin huevo / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



# CUTASA S.L.



## NOVIEMBRE MENU SIN LEGUMBRE NOVEMBER MENU WITHOUT LEGUME

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1  <b>FESTIVO</b>
4	5	6	7	8
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo  Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad  Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Verduras rehogadas con jamón / Sauted vegetables with ham  Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	verdura salteada / Sauted cauliflower  Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream  Pollo estofado con verduras / Chicken stew with vegetables  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Arroz salteado / Sauted rice  Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey  Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Pure de verdura / Vgetables puree  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegua de Pollo / chicken fideua  Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli  Hamburguesa de ternera con arroz integral / grilled veal burger with pilaf rice  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Arroz tres delicias / Three delights fried rice  Merluza horno con lechuga y maiz / Battered hake with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew  Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce  Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Patatas guisadas / Potato stew  Filete de pollo con cous cous / Grilled chicken breast with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Verduras salteada / Sauted vegetables  Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal  Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream  Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli salteado con ajo y pimenton / Sauted broccoli with paprika  Magro guisado con verduras / Pork meat stew with vegetables  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	crema de calabaza / Pumpkin cream  Pavo guisado en salsa gravy con pure de patata  Manzana asada / baked apple	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido Completo sin garbanzo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



# CUTASA S.L.



## NOVIEMBRE MENU SIN GLUTEN NOVEMBER MENU WITHOUT GLUTEN

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1  <b>FESTIVO</b>
4	5	6	7	8
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo  Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad  Gelatina, pan sin gluten / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham  Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew  Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Crema de puerros / Leek cream  Pollo estofado con verduras / Chicken stew with vegetables  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Arroz salteado / Sauted rice  Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread
11	12	13	14	15
Macarrones sin gluten con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey  Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Arroz de Pollo / chicken rice  Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli  Hamburguesa de ternera con arroz integral / grilled veal burger with pilaf rice  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Sopa de Cocido sin gluten / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread
18	19	20	21	22
Arroz tres delicias / Three delights fried rice  Merluza horno con lechuga y maiz / Battered hake with salad  Yogur , pan sin gluten /Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew  Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Espaguetis sin gluten boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce  calamar con ensalada / Fried squid with salad  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham  Filete de pollo con arroz / Grilled chicken breast with rice  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Judías con puerro y zanahoria ecologica / Beans stew with vegetables  Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal  Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad  Yogur , pan sin gluten /Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream  Albondigas con arroz / Meatballs with rice  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	Brocoli salteado con ajo y pimenton / Sauted broccoli with paprika  Magro guisado con verduras / Pork meat stew with vegetables  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread	guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham  Filete de pollo con arroz / Grilled chicken breast with rice  Manzana asada / baked apple	Sopa de Cocido sin gluten / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y pan sin gluten / Fruit , bread



# CUTASA S.L.



## NOVIEMBRE MENU SIN FRUTO SECO NOVEMBER MENU WITHOUT NUTS

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1  <b>FESTIVO</b>
4	5	6	7	8
Patatas guisadas con chorizo / Potato stew with chorizo  Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad  Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham  Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew  Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream  Pollo estofado con verduras / Chicken stew with vegetables  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables  Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey  Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegua de Pollo / chicken fideua  Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli  Hamburguesa de ternera con arroz integral / grilled veal burger with pilaf rice  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Arroz tres delicias / Three delights fried rice  Merluza horno con lechuga y maiz / Battered hake with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew  Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce  Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham  Filete de pollo con cous cous / Grilled chicken breast with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria ecologica / lentils stew with vegetables  Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal  Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream  Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli salteado con ajo y pimenton / Sauted broccoli with paprika  Magro guisado con verduras / Pork meat stew with vegetables  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	crema de calabaza / Pumpkin cream  Pavo guisado en salsa gravy con pure de patata  Manzana asada / baked apple	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido Completo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



# CUTASA S.L.



## NOVIEMBRE MENU SIN CARNE DE CERDO NOVEMBER MENU WITHOUT PIG MEAT

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1  <b>FESTIVO</b>
4	5	6	7	8
Patatas guisadas / Potato stew  Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad  Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas rehogadas / Sauted ecologic Green Beans  Pavo al horno con pure de patata / Baked turkey with potato puree  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew  Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream  Pollo estofado con verduras / Chicken stew with vegetables  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables  Tortilla de patata con lechuga y maiz y aceitunas / omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey  Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegua de Pollo / chicken fideua  Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli  Hamburguesa de ternera con arroz integral / grilled veal burger with pilaf rice  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup  garbanzo, ternera y pollo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Arroz tres delicias / Three delights fried rice  Merluza horno con lechuga y maiz / Battered hake with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew  Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce  Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	guisantes salteados / Sauted peas  Filete de pollo con cous cous / Grilled chicken breast with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria ecologica / lentils stew with vegetables  Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal  Bacalao romana con ensalada mixta/ Baked cod with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream  Albondigas ternera con cous cous / Meatballs with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli salteado con ajo y pimenton / Sauted brocoli with paprika  Pollo guisado con verduras / Chicken stew with vegetables  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	crema de calabaza / Pumpkin cream  Pavo guisado en salsa gravy con pure de patata  Manzana asada / baked apple	Sopa de Cocido / Stew Soup  garbanzo, ternera y pollo / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread



# CUTASA S.L.



## NOVIEMBRE MENU BAJO COLESTEROL NOVEMBER MENU LOW CHOLESTEROL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1  <b>FESTIVO</b>
4	5	6	7	8
Patatas guisadas con verdura / Potato stew with vegetables  Ventresca de merluza horno con lechuga y zanahoria / Baked hake with salad  Gelatina, pan integral / Jelly, bread	Judías verdes ecológicas salteadas con jamón / Sauted ecologic Green Beans with ham  Lacon al horno con pure de patata / Baked ham with potato puree  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Alubias blancas guisadas / Beans stew  Bacalao horno con ensalada mixta / Baked cod with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Crema de puerros / Leek cream  Pollo estofado con verduritas / Chicken stew with vegetables  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Lentejas guisadas con verduras / Lentils stew with vegetables  Tortilla de jamon con lechuga y maiz y aceitunas / Ham omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
11	12	13	14	15
Macarrones integrales con pavo / Macaroni in tomato sauce with turkey  Salmón al horno con ensalada mixta / Baked salmon with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Judías pintas con arroz / Pinto beans with rice  Tortilla de patata con lechuga y zanahoria / Potato omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Fidegua de Pollo / chicken fideua  Filete de abadejo con lechuga y maiz / Baked abadejo with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	Brocoli rehogado / Sauted broccoli  Hamburguesa de ternera con arroz integral / grilled veal burger with pilaf rice  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido con pollo y ternera / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
18	19	20	21	22
Arroz tres delicias / Three delights fried rice  Merluza horno con lechuga y maiz / Battered hake with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Menestra de verduras / Vegetables stew  Estofado de ternera con patata / Veal stew with potatoes  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Espaguetis boloñesa / Spaghetti in Bolognese sauce  Rabas de calamar con ensalada / Fried squid with salad  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	guisantes salteados con jamon / Sauted peas with ham  Filete de pollo con cous cous / Grilled chicken breast with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	lentejas con puerro y zanahoria ecologica / lentils stew with vegetables  Tortilla de calabacin con lechuga y zanahoria / Courgette omelette with salad  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread
25	26	27	28	29
Patatas guisadas con ternera / Potato stew with veal  Bacalao horno con ensalada mixta/ Baked cod with salad  Yogur , pan integral /Yoghurt, bread	Crema de verduras (zanahoria, puerro, espinaca, patata) / Vegetables cream  Albondigas con cous cous / Meatballs with cous cous  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread	Brocoli salteado con ajo y pimenton / Sauted broccoli with paprika  Magro guisado con verduras / Pork meat stew with vegetables  Fruta y leche, pan integral/ Fruit and milk, bread	crema de calabaza / Pumpkin cream  Pavo guisado en salsa gravy con pure de patata  Manzana asada / baked apple	Sopa de Cocido / Stew Soup  Cocido con pollo y ternera / Chickpeas, Meat and Cabbage Stew  Fruta y leche, pan / Fruit and milk, bread