

MES: Noviembre 2026

SANTA CATALINA LABOURE

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

2

FESTIVO

3

DIA NO LECTIVO

4

Porrusalda
Tortilla francesa de atún con **ensalada de lechuga y tomate (eco.)**
Fruta de temporada y **pan integral**
Leek soup
Tuna omelette with **lettuce & tomatoes**
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.067/494 GT:15 GS:3 HC:69 AZ:19 PROT:24 SAL:1

5

Puré de calabaza
Lentejas estofadas con verduras
Yogur natural y pan
Butternut squash purée
Lentils with vegetables
Plain yoghurt and bread

VE:2.480/593 GT:10 GS:3 HC:103 AZ:13 PROT:26 SAL:2

6

Sopa de verduras
Hamburguesa vegetal con ensalada
Fruta de temporada y **pan integral**
Vegetables soup
Hamburguesa vegetal with salad
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.159/517 GT:9 GS:2 HC:90 AZ:23 PROT:19 SAL:1

9

Arroz a la cubana
Filete de merluza a la plancha con **ensalada de lechuga y tomate (eco.)**
Fruta de temporada y pan
Cuban style rice
Grilled hake with **lettuce & tomatoes**
Seasonal Fruit and bread

VE:3.835/918 GT:30 GS:8 HC:114 AZ:19 PROT:46 SAL:2

10

Judías verdes con patatas
Filete de merluza al Orio
Fruta de temporada y pan
Green beans with potatoes
Orio style hake
Seasonal Fruit and bread

VE:2.103/503 GT:4 GS:0 HC:78 AZ:21 PROT:37 SAL:1

11

Puré de verduras (eco.)
Tortilla francesa con ensalada
Yogur natural y **pan integral**
Vegetables purée
French omelette with salad
Plain yoghurt and **wholemeal bread**

VE:2.054/492 GT:22 GS:6 HC:50 AZ:11 PROT:24 SAL:1

12

Alubias blancas salteadas con ajo y perejil
Lenguado al horno con ensalada fresca con lechuga y zanahoria
Fruta de temporada y pan
Sautéed beans with garlic & parsley
Baked flounder with lettuce & carrot
Seasonal Fruit and bread

VE:3.020/722 GT:19 GS:3 HC:101 AZ:21 PROT:48 SAL:1

13

Brócoli salteado
Macarrones con boloñesa de soja
Fruta de temporada y **pan integral**
Sautéed broccoli
Macaroni with soy bolognese
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:1.336/320 GT:7 GS:1 HC:55 AZ:19 PROT:11 SAL:1

16

Guisantes salteados caseros
Paella de verduras con ensalada
Fruta de temporada y pan
Guisantes salteados caseros
Vegetable paella with salad
Seasonal Fruit and bread

VE:3.413/817 GT:21 GS:1 HC:133 AZ:42 PROT:26 SAL:1

17

Puré de espinacas
Lentejas con arroz integral (eco.)
Yogur natural y pan
Spinach purée
Lentils with brown rice (eco.)
Plain yoghurt and bread

VE:2.795/669 GT:17 GS:4 HC:108 AZ:11 PROT:21 SAL:1

18

Sopa de verduras
Tortilla francesa con ensalada fresca con lechuga y zanahoria
Fruta de temporada y **pan integral**
Vegetables soup
French omelette with lettuce & carrot
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.125/508 GT:21 GS:4 HC:64 AZ:21 PROT:21 SAL:2

19

Alubias verdes (eco.) con zanahoria
Arroz con salsa de tomate con huevo duro
Fruta de temporada y pan
Green beans (eco.) with carrot
Rice with tomato sauce with hard-boiled egg
Seasonal Fruit and bread

VE:2.897/693 GT:9 GS:2 HC:126 AZ:24 PROT:23 SAL:1

20

J.G. REINO UNIDO

Baked beans
Fish and chips
Natillas y **pan integral**
Baked beans
Fish and chips
Custard and **wholemeal bread**

VE:3.793/907 GT:33 GS:5 HC:116 AZ:25 PROT:42 SAL:3

23

Puré de verduras
Macarrones integrales con salsa napolitana (tomate, pimiento, zanahoria, cebolla)
Yogur natural y pan
Vegetables purée
Whole grain macarroni with tomato sauce (tomato, pepper, carrot, onion)
Plain yoghurt and bread

VE:2.575/616 GT:12 GS:3 HC:103 AZ:14 PROT:22 SAL:2

24

Acelgas frescas (eco.) al ajillo
Tortilla de patata al horno con ensalada de lechuga
Fruta de temporada y pan
Fresh chard (eco.) with garlic
Baked potato omelet with lettuce
Seasonal Fruit and bread

VE:2.098/502 GT:20 GS:3 HC:65 AZ:19 PROT:18 SAL:1

25

Alubias pintas guisadas
Bacalao a la vizcaína con pimientos
Fruta de temporada y **pan integral**
Stewed pinto beans
Cod Vizcaína style with peppers
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.706/647 GT:12 GS:1 HC:94 AZ:26 PROT:45 SAL:1

26

Judías verdes salteadas
Arroz al horno con salteado de verduras
Fruta de temporada y pan
Sautéed green beans
Baked rice with sautéed vegetables
Seasonal Fruit and bread

VE:3.064/733 GT:20 GS:5 HC:116 AZ:24 PROT:22 SAL:3

27

Crema de coliflor
Garbanzos con hortalizas de temporada
Fruta de temporada y **pan integral**
Cream of cauliflower
Chickpeas with seasonal vegetables
Seasonal Fruit and **wholemeal bread**

VE:2.948/705 GT:15 GS:1 HC:114 AZ:31 PROT:32 SAL:1

30

FESTIVO