

Octubre 2026 **Alium Restauración**

			Jueves 1	Viernes 2
			Lentejas con Chorizo Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Soja Yogur	Pasta Integral con Tomate y Orégano Atún al Ajillo Ensalada de Lechuga y Zanahoria Fruta
Lunes 5	Martes 6	Miércoles 7	Jueves 8	Viernes 9
Crema de Verduras Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Aceitunas Fruta	Guisantes Carrilleras Guisadas Ensalada de Lechuga y Espárragos Fruta	Macarrones Napolitana Bacalao con Pisto Yogur	Garbanzos con Verduritas Lomo de Cerdo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta	Arroz Integral con Tomate Filete San Pedro en Salsa Verde Fruta
Lunes 12	Martes 13	Miércoles 14	Jueves 15	Viernes 16
Festivo	Patatas Guisadas Zanca de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Champiñones Fruta	Fabas Estofadas Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur	Pasta Integral con Bonito Salmón al Horno con Cebolla Confitada Fruta	Paella Fogonero al Horno con Calabaza Asada Fruta
Lunes 19	Martes 20	Miércoles 21	Jueves 22	Viernes 23
Cocido de Fréjoles Ragout con Patatas Fruta	Crema de Calabaza ECO Tortilla de Patata Ensalada de Lechuga y Tomate Fruta	Caracolas Boloñesa Casera Atún con Brotes de Soja Fruta	Arroz Integral Jardinera Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Maíz Yogur	Lentejas Estofadas Bacalao Ensalada de Lechuga y Espárragos Fruta
Lunes 26	Martes 27	Miércoles 28	Jueves 29	Viernes 30
Arroz Marinero Merluza al Horno con Brócoli Fruta	Marmitako de Pescado Pavo Salteado Ensalada de Lechuga y Pimientos Fruta	Sopa de Cocido Cocido de Garbanzos Yogur	Pasta Integral con Tomate y Queso Filete de San Martín al Horno Ensalada de Lechuga y Cebolla Fruta	Festivo

Para cualquier consulta, duda, sugerencia o aclaración pueden ponerse en contacto con nosotros a través del e-mail: info@aliumrestauracion.com

Fruta: la fruta servida corresponde a la temporada vigente: manzana, naranja, kiwi, plátano, ciruela, pera, melón

Yogur: según ciclo escolar se oferta yogur natural sin azúcar o yogur azucarado

Uso de sal yodada y aceite de oliva virgen extra para la elaboración de platos y ensaladas

Los lunes y los miércoles se servirá con el menú pan integral