

# Noviembre 2023

LUNES <i>Sin carne</i>	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		<b>FESTIVO</b> 1	Sopa de letras 2 Buñuelos de atún con Ensalada mixta Yogur	Crema de guisantes 3 Fideúa de pollo y verduras Fruta
Crema de maíz 6 Macarrones con pesto de espinacas y albahaca Fruta	Crema de puerros 7 Pollo al curry con arroz Yogur	Sopa de arroz 8 Gallo/s. Pedro al limón con patatas y verduras Fruta	Crema de calabaza 9 Guiso de ternera con verduras Yogur	Crema de alubias 10 Tortilla francesa con jamón de pavo y mozzarella Fruta
Crema de zanahorias 13 Burger casera de garbanzos Fruta	Sopa de estrellas 14 Pollo al horno en salsa de naranja y pure de patatas Yogur	Crema de espárragos 15 Salmón a la plancha con arroz tres delicias Fruta	Crema de coliflor 16 Macarrones con salsa boloñesa Yogur	Crema de lentejas 17 Tortilla de patatas con ensalada de pepino y tomate Fruta
Crema de brócoli 20 Ñoquis de espinaca y patata con salsa casera de tomate Fruta	Crema de calabaza 21 Pollo a la plancha con Cuscus de verduras Yogur	Sopa de letras 22 Burgers caseras de atún Y arroz Fruta	Crema de alubias 23 Macarrones mediterránea Yogur	Crema de guisantes 24 Pizza con maíz jamón, huevo cocido, atún, queso y salsa casera de tomate. - Fruta. -
Crema de calabacín 27 Macarrones con salsa de puerro, calabaza, champiñones y queso crema. - Fruta. -	Crema de coco 28 Burgers de pollo Con patatas Fruta	Sopa de estrellitas 29 Arroz a la cubana con tortilla francesa y salsa casera de tomate Fruta	Crema de coliflor 30 Burgers de ternera con ensalada mixta Fruta	



"Meat Free Monday" es una iniciativa internacional que motiva a las personas a no comer carne los lunes con el fin de mejorar su propia salud y la salud del planeta. ¡En Happy Faces hemos querido sumarnos a esta propuesta!

## ALÉRGENOS



Huevo  
Anhídrido sulfuroso  
Semillas de sésamo

## ALÉRGENOS ALIMENTARIOS

Cereales	Mostaza	Pescado	Cacahuetes
Leche	Crustáceos	Apio	Soja
Altramuces	Moluscos	Nueces	