

# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (hipocalórico)



	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
					FIESTA
:	ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)  PLOMO A LAS FINAS HIERBAS  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA  PO YOGUR desnatado (7)	1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA  2P TORTILLA FRANCESA ( 3 ) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA GU Y OLIVAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO A LA PLANCHA  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P SOPA CASERA CON CODITOS (1, 3, 9)  2P HAMBURGUESA A LA PLANCHA (12)  GU ENSALADA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS (1)  2P MERLUZA AL HRONO (4) ENSALADA DE BROTES VERDES CON GU SEMILLAS DE GIRASOL  PO FRUTA DEL TIEMPO
	1P MENESTRA DE VERDURAS	GARRANIZOS ESTOEADOS CON VERDURAS	APPOZ A RANDA CON VERDURAS	1P MACARRONES CON HIERBAS AROMÁTICAS	1P CREMA DE CALABAZA
	PO FRUTA DEL TIEMPO	1P (12) 2P TORTILLA FRANCESA (3)  GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ	2P LOMO A LA PLANCHA GU BERENJENAS A LA PLANCHA	(1)  2P MERLUZA A LA PLANCHA (4)  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ	2P POLLO A LA PLANCHA GU ENSALADA
	44	PO FRUTA DEL TIEMPO	PO FRUTA DEL TIEMPO	PO YOGUR desnatado (7 )	PO FRUTA DEL TIEMPO
	11 JUDÍA VERDE Y PATATA	12 LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1	ARROZ CON SOFRITO DE VERDURAS	14 SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON	15
	MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja eco texturizada) (1, 10, 11, 13, 14, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9)	1P ) 2P TORTILLA A LA FRANCESA CON ENSALADA (3) PO FRUTA DEL TIEMPO	POLLO AL HORNO (con cebolla y tomate)  2P  ENSALADA DE BROTES VERDES , GU TOMATES CHERRYS Y MAIZ	P PISTONES (1, 3, 9)  BACALAO AL HORNO (14, 2, 4)  ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA  Y CEBOLLA ROJA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA 2P BUTIFARRA DE CERDO A LA PLANCHA (12 ) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR desnatado (7 )
	PO FRUTA DEL TIEMPO		PO FRUTA DEL TIEMPO		
	' 18	19	20	21	22
	1P GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12)	MACARRONES CON ORÉGANO Y OOVE 1P (1, 7)	1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)  2P PAVO A LA PARRILLA	1P CREMA DE ZANAHORIA 2P LOMO A LA PLANCHA	1P ARROZ CINCO DELICIAS ( 3 ) MERLUZA A LA PLANCHA ( 4 ) 2P
	P TORTILLA FRANCESA (3 )  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y ACEITUNAS	2P POLLOA LA PLANCHA CON ENSALADA GU PO FRUTA DEL TIEMPO	GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA  PO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz)  GU  PO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VARIADA PO FRUTA DEL TIEMPO
	YOGUR desnatado (7 )	26	27	28	29



























(12)











# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (ovolactovegetariano)



LUNES **MARTES MIERCOLES JUEVES VIERNES** FIESTA ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA VERDURA DEL TIEMPO JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR SOPA CASERA de verduras CON casero) CODITOS (1,9) HUMMUS CASERO CON DIPS DE 2P CROQUETAS DE ESPINACAS (1, 14, 2, 3, 4, LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS (1) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) ALBONDIGAS DE GARBANZO (1,6) VERDURAS ) 6,7) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, SALSA DE TOMATE CASERA CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE Y OLIVAS NEGRAS RABANITO Y ZANAHORIA ENSALADA DE BROTES VERDES CON OLIVA SEMILLAS DE GIRASOL FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO PO YOGUR (7) 6 GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS ARROZ A BANDA CON VERDURAS 1P MENESTRA DE VERDURAS MACARRONES AL PESTO ROSSO (1, 3, 5, 7, 8 CREMA DE CALABAZA (12)REVUELTO DE HUEVO CON CHAMPIÑONES HAMBURGUESA VEGETARIANA (1, 6) BURRITOS VEGETARIANOS (1, 710) TORTILLA DE QUESO (3,7) ROLLITO PRIMAVERA (1, 12, 2, 6) (3) PATATAS CHIPS GU CUSCÚS SALTEADO (1, 10, 6) BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, LOMBARDA Y MAIZ **7ANAHORIA Y MAI7** FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO YOGUR (7) PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE 12 13 11 14 15 JUDÍA VERDE Y PATATA LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1 ARROZ CON SOFRITO DE VERDURAS SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA 1P 1P PISTONES (1, 3, 9) SALCHICHAS VEGETALES A LA PLANCHA (1, HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) TORTILLA DE VERDURAS (3) MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL HUMMUS CASERO CON DIPS DE (soja eco texturizada) (1, 10, 11, 13, 14, 2, VERDURAS ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA 4, 5, 6, 7, 8, 9) Y CEBOLLA ROJA FRUTA DEL TIEMPO TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS ENSALADA DE BROTES VERDES, TOMATES CHERRYS Y MAIZ YOGUR (7) FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO 18 19 20 21 GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de MAC & CHEESE (coditos gratinados con MENESTRA DE VERDURAS (calabacín. CREMA DE ZANAHORIA ARROZ CINCO DELICIAS (3) zanahoria y judías verdes) cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y queso) (1, 3, 7) PIZZA CASERA DE CHAMPIÑONES (salsa de tomate) (12) tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) HAMBURGUESA VEGETARIANA (1,6) LENTEJAS GISADAS CON VERDURAS ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3) CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE BASTONCITOS DE MOZZARELLA (1, 2, 3, soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO 4, 5, 6, 7, 8, 11 ) NACHOS GU (12, 6) ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, ENSALADA VARIADA FRUTA DEL TIEMPO COLLOMBARDA Y ACEITUNAS FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO YOGUR (7) 28 25 26 27 29





















(8)



(9)



(10)



(11)









(4)

(5)

Pescado Cacahuete

Soja (6) (7)

Leche Fruitos secos Apio







(13)



# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (rico en fibra)



1P ARROZ integral CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)	1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA			FIESTA
1 IP -	<sub>1P</sub> CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA			
2P CROQUETAS DE JAMÓN (1, 14, 2, 3, 4, 6, 7)  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA  PO YOGUR (7)	2P TORTILLA DE PATATAS (3 ) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA GU Y OLIVAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 11, 6) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO  6	1P SOPA CASERA CON pasta integral (1, 9)  2P PELOTA CASERA EN SALSA (con tomate, zanahoria y cebolla) (1, 12, 3)  SALSA DE TOMATE CASERA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS (1)  2P MAIRAS ENHARINADAS (1,4) ENSALADA DE BROTES VERDES CON GU SEMILLAS DE GIRASOL  PO FRUTA DEL TIEMPO
1P MENESTRA DE VERDURAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS GU CUSCÚS SALTEADO (1, 10, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (12) 2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE 12	1P ARROZ integral A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (14, 2, 4, 9) 2P ROLLITO PRIMAVERA (1, 12, 2, 6) GU BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL PO FRUTA DEL TIEMPO 13	1P MACARRONES integrales AL PESTO ROSSO (1 3, 5, 7, 8)  2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4)  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ  PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABAZA Y VERDURAS 2P BURRITOS DE POLLO (1, 10) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DEL TIEMPO 15
DUDÍA VERDE Y PATATA  MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja eco texturizada) (1, 10, 11, 13, 14, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9)  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1 ) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3) PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ integral CON SOFRITO DE VERDURAS  1P POLLO AL HORNO (con cebolla y tomate)  2P ENSALADA DE BROTES VERDES, TOMATES CHERRYS Y MAIZ  PO FRUTA DEL TIEMPO  20	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES integrales (1, 3, 9) 2P BACALAO GRATINADO CON ALIOLI DE MANZANA (1, 14, 2, 3, 4) GU ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA Y CEBOLLA ROJA PO FRUTA DEL TIEMPO  21	1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA 2P BUTIFARRA DE CERDO A LA PLANCHA (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)
1P GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12)  2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y ACEITUNAS  PO YOGUR (7)	MAC &CHEESE (coditos gratinados con 1P queso) (1, 3, 7)  2P POLLO CON SALSA BARBACOA (1, 12) GU NACHOS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO  27	P CREMA DE VERDURAS PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO GU (12, 6)  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ integral CINCO DELICIAS (3) BASTONCITOS DE MERLUZA CASEROS 2P (1, 3, 4)  ENSALADA VARIADA PO FRUTA DEL TIEMPO















(6)























# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin carne)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
				FIESTA
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P CROQUETAS DE BACALAO (1, 14, 2, 3, 4, 6, 7) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA  2P TORTILLA DE PATATAS (3) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA Y OLIVAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO  5	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P MERLUZA A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 4, 11, 6) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO  6	1P SOPA CASERA de verduras CON CODITOS (1, 9) 2P ALBONDIGAS DE GARBANZO (1, 6) GU SALSA DE TOMATE CASERA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS (1)  2P MAIRAS ENHARINADAS (1,4) ENSALADA DE BROTES VERDES CON GU SEMILLAS DE GIRASOL  PO FRUTA DEL TIEMPO
1P MENESTRA DE VERDURAS 2P HAMBURGUESA VEGETARIANA (1, 6) GU CUSCÚS SALTEADO (1, 10, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (12) 2P TORTILLA DE QUESO (3,7) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ	1P ARROZ A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (14, 2, 4, 9) 2P ROLLITO PRIMAVERA (1, 12, 2, 6) GU BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MACARRONES AL PESTO ROSSO (1, 3, 5, 7, 8  2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4)  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ  PO YOGUR (7)	
11	PO PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE  12	13	14	15
JUDÍA VERDE Y PATATA  MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL (soja eco texturizada) (1, 10, 11, 13, 14, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9)  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1 ) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CON SOFRITO DE VERDURAS  1P  MERLUZA AL HORNO (con cebolla y tomate) ( 4 )  ENSALADA DE BROTES VERDES ,  GU TOMATES CHERRYS Y MAIZ  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 3, 9) 2P BACALAO GRATINADO CON ALIOLI DE MANZANA (1, 14, 2, 3, 4) GU ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA Y CEBOLLA ROJA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA  2P SALCHICHAS VEGETALES A LA PLANCHA (1, 6) TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)
' 18	19	20	21	22
1P GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12 )  2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3 )  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y ACEITUNAS  PO YOGUR (7 )	MAC &CHEESE (coditos gratinados con 1P queso) (1, 3, 7)  2P  BASTONCITOS DE MOZZARELLA (1, 2, 3, GU 4, 5, 6, 7, 8, 11) NACHOS  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes) 2P PESCADO BLANCO AL HORNO (4) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE ZANAHORIA PIZZA CASERA DE CHAMPIÑONES (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO GU (12, 6)  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P ARROZ CINCO DELICIAS ( 3 ) BASTONCITOS DE MERLUZA CASEROS 2P ( 1, 3, 4 )  ENSALADA VARIADA PO FRUTA DEL TIEMPO
25	26	27	28	29

















(6)











(11)









(5)

(7)

Fruitos s (8)

(9)

(10)

Sesár

Sulfitos (12) Altramu

Moluscos (14)



# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin cerdo)



	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
					FIESTA
1P 2P GU PO	casero)  CROQUETAS DE BACALAO (1, 14, 2, 3, 4, 6, 7)  CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA	1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA  2P TORTILLA DE PATATAS (3 ) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA Y OLIVAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO  5	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 11, 6)  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P SOPA CASERA de verduras CON CODITOS (1, 3, 9)  2P ALBONDIGAS DE GARBANZO (1, 6)  GU SALSA DE TOMATE CASERA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS (1)  2P MAIRAS ENHARINADAS (1,4) ENSALADA DE BROTES VERDES CON GU SEMILLAS DE GIRASOL  PO FRUTA DEL TIEMPO
1P 2P GL	DADOS DE PAVO ESTOFADOS	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (12) 2P TORTILLA DE QUESO (3,7) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS.	1P ARROZ A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (14, 2, 4, 9) 2P ROLLITO PRIMAVERA (1, 12, 2, 6) GU BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL	1P MACARRONES AL PESTO ROSSO (1, 3, 5, 7, 8  2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4)  ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL	1P CREMA DE CALABAZA
PO	11	ZANAHORIA Y MAIZ  PO PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE  12  LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1)	PO FRUTA DEL TIEMPO  13  ARROZ CON SOFRITO DE VERDURAS	PO YOGUR (7)  14	
1P 2P	MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL	1P ) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3 ) PO FRUTA DEL TIEMPO	POLLO AL HORNO (con cebolla y tomate)  2P  ENSALADA DE BROTES VERDES , GU TOMATES CHERRYS Y MAIZ	PISTONES (1, 3, 9)  BACALAO GRATINADO CON ALIOLI DE MANZANA (1, 14, 2, 3, 4)  GU ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA Y CEBOLLA ROJA	1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA  2P SALCHICHAS VEGETALES A LA PLANCHA (1,  6)  TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS  PO YOGUR (7)
PO	ή 18	19	PO FRUTA DEL TIEMPO 20	PO FRUTA DEL TIEMPO  21	22
1P 2P	GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12)  TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)	MAC &CHEESE (coditos gratinados con 1P queso) (1, 3, 7)  2P POLLO CON SALSA BARBACOA (1, 12)	1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)  2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA	1P CREMA DE ZANAHORIA PIZZA CASERA DE CHAMPIÑONES (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7) ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO	1P ARROZ CINCO DELICIAS ( 3 ) BASTONCITOS DE MERLUZA CASEROS 2P ( 1, 3, 4 )
GU PO	COLLOMBARDA Y ACEITUNAS	GU NACHOS  PO FRUTA DEL TIEMPO  26	PO FRUTA DEL TIEMPO  27	GU (12,6) PO FRUTA DEL TIEMPO 28	ENSALADA VARIADA PO FRUTA DEL TIEMPO 29

















(6)





















# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin frutos secos)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
				FIESTA
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero)  2P CROQUETAS DE JAMÓN (1, 14, 2, 3, 4, 6, 7)  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA  PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA  2P TORTILLA DE PATATAS (3 ) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA Y OLIVAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL (1, 6)  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P SOPA CASERA CON CODITOS (1, 3, 9)  2P PELOTA CASERA EN SALSA (con tomate, zanahoria y cebolla) (1, 12, 3)  GU SALSA DE TOMATE CASERA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS (1)  2P MAIRAS ENHARINADAS (1,4) ENSALADA DE BROTES VERDES GU PO FRUTA DEL TIEMPO
1P MENESTRA DE VERDURAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS GU CUSCÚS SALTEADO (1, 10, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (12) 2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ	1P ARROZ A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (14, 2, 4, 9) 2P ROLLITO PRIMAVERA (1, 12, 2, 6) GU BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL	1P MACARRONES CON SOFRITO (1) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ	1P CREMA DE CALABAZA 2P BURRITOS DE POLLO (1, 10) GU PATATAS CHIPS
11	PO PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE	PO FRUTA DEL TIEMPO  13	PO YOGUR (7)	PO FRUTA DEL TIEMPO
1P JUDÍA VERDE Y PATATA  MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL 2P DE CHAMPIÑONES (1) m  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1 ) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3 ) PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CON SOFRITO DE VERDURAS  1P POLLO AL HORNO (con cebolla y tomate)  2P ENSALADA DE BROTES VERDES , GU TOMATES CHERRYS Y MAIZ  PO FRUTA DEL TIEMPO  20	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 3, 9) 2P BACALAO GRATINADO CON ALIOLI DE MANZANA (1, 14, 2, 3, 4) GU ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA Y CEBOLLA ROJA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA 2P BUTIFARRA DE CERDO A LA PLANCHA (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS PO YOGUR (7)
1P GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12)	MAC &CHEESE (coditos gratinados con 1P queso) (1, 3, 7)	1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS	1P CREMA DE ZANAHORIA PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (1, 7)	1P ARROZ CINCO DELICIAS ( 3 ) BASTONCITOS DE MERLUZA CASEROS 2P (1,3,4)
2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3 )  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y ACEITUNAS  PO YOGUR (7 )	POLLO CON SALSA BARBACOA (1, 12) GU NACHOS PO FRUTA DEL TIEMPO	GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO GU (12, 6)  PO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA VARIADA PO FRUTA DEL TIEMPO
25	26	27	28	29





























(12)









(5)

(6)

(7)

Leche Fruitos secos Apio (8)

(9)

(10)

(11)

(13)

Sulfitos Altramuces Moluscos (14)



# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin gluten)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
				FIESTA
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P CROQUETAS sin gluten (3, 7, 12) GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA  2P TORTILLA DE PATATAS (3 ) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA GU Y OLIVAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO  5	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P POLLO A LA PLANCHA ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA  PO FRUTA DEL TIEMPO  6	1P SOPA CASERA CON CODITOS sin gluten (3, 9)  2P PELOTA CASERA sin gluten EN SALSA (con tomate, zanahoria y cebolla) (12, 3)  SALSA DE TOMATE CASERA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS sin gluten GUISADAS CON VERDURAS  2P MAIRAS ENHARINADAS sin gluten (4) GU ENSALADA DE BROTES VERDES CON SEMILLAS DE GIRASOL PO FRUTA DEL TIEMPO
1P MENESTRA DE VERDURAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS GU GUISANTES PO FRUTA DEL TIEMPO	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (12) 2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE	1P ARROZ A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (14, 2, 4, 9)  2P LOMO A LA PLANCHA BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MACARRONES sin gluten AL PESTO ROSSO (3 5, 7, 8)  2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina sin gluten ) (4)  ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ  PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABAZA 2P BURRITOS DE POLLO sin gluten (10) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DEL TIEMPO
11  1P JUDÍA VERDE Y PATATA  P MACARRONES sin gluten A LA BOLOÑESA  VEGETAL DE CHAMPIÑONES  PO FRUTA DEL TIEMPO  18	12  1P LENTEJAS din gluten ESTOFADAS CON HORTALIZAS  2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3)  PO FRUTA DEL TIEMPO  19	ARROZ CON SOFRITO DE VERDURAS  1P  POLLO AL HORNO (con cebolla y tomate)  2P  ENSALADA DE BROTES VERDES, GU TOMATES CHERRYS Y MAIZ  PO FRUTA DEL TIEMPO  20	1P SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES sin gluten (3, 9)  2P BACALAO GRATINADO sin gluten CON ALIOLI DE MANZANA (14, 2, 3, 4)  GU ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA Y CEBOLLA ROJA  PO FRUTA DEL TIEMPO  21	15  1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA  2P BUTIFARRA DE CERDO A LA PLANCHA (12)  GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS  PO YOGUR (7)
1P GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12)  2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y ACEITUNAS  PO YOGUR (7)	MAC &CHEESE (coditos sin gluten 1P gratinados con queso) (3, 7)  2P POLLO AL HORNO GU NACHOS PO FRUTA DEL TIEMPO	MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)  P DADOS DE PAVO ESTOFADOS  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA  PO FRUTA DEL TIEMPO  27	1P CREMA DE ZANAHORIA PIZZA CASERA sin gluten DE JAMÓN (salsa de tomate, mozzarella y aceitunas) (7 ) ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO GU (12, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CINCO DELICIAS ( 3 )  BASTONCITOS DE MERLUZA  2P CASEROS sin gluten ( 3, 4 )  ENSALADA VARIADA  PO FRUTA DEL TIEMPO





















(8)









(12)



(13)







# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin huevo)



	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
X).					FIESTA
	1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P LOMO A LA PLANCHA GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR (7)	1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA  2P TMERLUZA AL HORNO (4) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA GU Y OLIVAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR 2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 11, 6) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA PO FRUTA DEL TIEMPO  6	1P SOPA CASERA de verduras CON CODITOS (1, 9) 2P PELOTA CASERA EN SALSA sin huevo (con tomate, zanahoria y cebolla) (1, 12) SALSA DE TOMATE CASERA PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS (1)  2P MAIRAS ENHARINADAS (1,4) ENSALADA DE BROTES VERDES CON GU SEMILLAS DE GIRASOL  PO FRUTA DEL TIEMPO  8
	1P MENESTRA DE VERDURAS	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS	ARROZ A BANDA CON CALAMAR(fumet	1P MACARRONES CON SOFRITO ( 1 )	1P CREMA DE CALABAZA
	2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS	1 (12 ) 2P LOMO A LA PLANCHA	casero) (14, 2, 4, 9)  2P ROLLITO PRIMAVERA (1, 12, 2, 6)	MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) 2P (1, 4)	2P BURRITOS DE POLLO (1, 10)
	GU CUSCÚS SALTEADO (1, 10, 6)	GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS,	BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL	ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL	GU PATATAS CHIPS
	PO FRUTA DEL TIEMPO	ZANAHORIA Y MAIZ	PO FRUTA DEL TIEMPO	LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR (7)	PO FRUTA DEL TIEMPO
	11	PO PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE  12	13	14	15
	JUDÍA VERDE Y PATATA	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1	ARROZ CON SOFRITO DE VERDURAS	1P SOPA CASERA DE VERDURAS CON	1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA
	MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL  2P (soja eco texturizada) (1, 10, 11, 13, 14, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9)	) <sub>2P</sub> LOMO A LA PLANCHA CON PATATAS	1P POLLO AL HORNO (con cebolla y tomate) 2P	PISTONES (1, 9)  BACALAO AL HORNO (2, 4, 14)  ENSALADA DE ESCAROLA, ZANAHORIA	2P BUTIFARRA DE CERDO A LA PLANCHA (12) GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS
	4, 5, 6, 7, 8, 9 )	PO FRUTA DEL TIEMPO	ENSALADA DE BROTES VERDES , GU TOMATES CHERRYS Y MAIZ	GU Y CEBOLLA ROJA	PO YOGUR (7)
	PO FRUTA DEL TIEMPO		PO FRUTA DEL TIEMPO	PO FRUTA DEL TIEMPO	
	18	19	20	21	22
	1P GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12)	PASTA CON SALSA DE TOMATE ( 1 ) 1P	1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)	1P CREMA DE ZANAHORIA PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate,	1P ARROZ CINCO DELICIAS sin huevo BASTONCITOS DE MERLUZA
	2P LOMO A LA PLANCHA	2P POLLO CON SALSA BARBACOA (1, 12) NACHOS	2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA	2P mozzarella y aceitunas) (1, 7) ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO	2P CASEROS sin huevo ( 1, 34 )  ENSALADA VARIADA
	GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y ACEITUNAS PO YOGUR (7)	GU PO FRUTA DEL TIEMPO	PO FRUTA DEL TIEMPO	GU (12, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO	PO FRUTA DEL TIEMPO
	25	26	27	28	29



































# NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (sin lactosa)



LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
				FIESTA
1P ARROZ CON SALSA DE TOMATE (sofrito casero) 2P LOMO A LA PLANCHA GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA PO YOGUR sin lactosa	1P CREMA DE CALABACÍN Y ZANAHORIA  2P TORTILLA DE PATATAS (3) ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, NARANJA GU Y OLIVAS NEGRAS PO FRUTA DEL TIEMPO  5	1P JUDÍA VERDE CON PATATAS AL VAPOR  2P POLLO A LA PLANCHA CON SALSA DE SOJA, MIEL Y SÉSAMO (1, 11, 6)  GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, RABANITO Y ZANAHORIA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P SOPA CASERA CON CODITOS (1, 3, 9)  2P PELOTA CASERA EN SALSA (con tomate, zanahoria y cebolla) (1, 12, 3)  GU SALSA DE TOMATE CASERA  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS GUISADAS CON VERDURAS (1)  2P MAIRAS ENHARINADAS (1,4) ENSALADA DE BROTES VERDES CON GU SEMILLAS DE GIRASOL  PO FRUTA DEL TIEMPO
1P MENESTRA DE VERDURAS 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS GU CUSCÚS SALTEADO (1, 10, 6) PO FRUTA DEL TIEMPO	1P GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS (12) 2P TORTILLA DE JAMÓN COCIDO (3) GU ENSALADA DE HOJAS VARIADAS, ZANAHORIA Y MAIZ PO PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE	1P ARROZ A BANDA CON CALAMAR (fumet casero) (14, 2, 4, 9) 2P ROLLITO PRIMAVERA (1, 12, 2, 6) GU BERENJENAS A LA PLANCHA CON MIEL PO FRUTA DEL TIEMPO	1P MACARRONES CON HIERBAS AROMÁTICAS (1) 2P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) (1, 4) GU ENSALADA DE LECHUGA ROMANA, COL LOMBARDA Y MAIZ PO YOGUR SIN Jactosa	1P CREMA DE CALABAZA 2P BURRITOS DE POLLO (1, 10) GU PATATAS CHIPS PO FRUTA DEL TIEMPO
11	12	13	14	15
1P JUDÍA VERDE Y PATATA  MACARRONES A LA BOLOÑESA VEGETAL  2P DE CHAMPIÑONES (1)  PO FRUTA DEL TIEMPO	1P LENTEJAS ESTOFADAS CON HORTALIZAS (1 ) 2P HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS Y CRUJIENTE DE JAMÓN (3) PO FRUTA DEL TIEMPO	ARROZ CON SOFRITO DE VERDURAS  1P  POLLO AL HORNO (con cebolla y tomate)  2P  ENSALADA DE BROTES VERDES ,  GU TOMATES CHERRYS Y MAIZ  PO FRUTA DEL TIEMPO	SOPA CASERA DE AVE Y VERDURAS CON PISTONES (1, 3, 9)  PROPERTY OF THE PROPERTY	1P CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA  2P BUTIFARRA DE CERDO A LA PLANCHA (12 )  GU TOMATE Y ACEITUNAS NEGRAS ALIÑADAS  PO YOGUR sin lactosa
' 18	19	20	21	22
1p GARBANZOS CON VERDURAS (sofrito de cebolla, ajo, pimiento verde y rojo y tomate) (12)  2P TORTILLA DE PATATAS CON CEBOLLA (3)  ENSALADA DE LECHUGA ROMANA,	PASTA CON SALSA DE TOMATE ( 1 )  1P  2P POLLO CON SALSA BARBACOA (1, 12 )  NACHOS GU	1P MENESTRA DE VERDURAS (calabacín, zanahoria y judías verdes)  2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS  GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE OLIVA	1P CREMA DE ZANAHORIA PIZZA CASERA DE JAMÓN (salsa de tomate, queso sin lactosa y aceitunas) (1) ENSALADA DE SOJA (zanahoria, brotes de soja y maíz) CON VINAGRETA DE ORÉGANO GU (12, 6)	1P ARROZ CINCO DELICIAS ( 3 ) BASTONCITOS DE MERLUZA CASEROS 2P ( 1, 3, 4 ) ENSALADA VARIADA
COL LOMBARDA Y ACEITUNAS  PO YOGUR sin lactosa  25	PO FRUTA DEL TIEMPO	PO FRUTA DEL TIEMPO  27	PO FRUTA DEL TIEMPO <b>28</b>	PO FRUTA DEL TIEMPO















(5)







(8)











(13)







#### NOVIEMBRE | COLEGIO PINEDA (baix en fructosa)



LUNES **MARTES MIERCOLES JUEVES VIERNES** \*VERDURA Y HORTALIZAS: Acelga, brócoli, alcachofa, champiñones, lechuga, patata, rábano, FIESTA endivia, espinacas, espárrago, calabacín, col, calabaza, calabacín, coliflor, pepino, puerro \*\*FRUTA DEL TIEMPO: Naranja, melocotón, albaricoque, melón, sandía, fresa, mora, frambuesa, piña y plátano pequeño. ARROZ CON HIERBAS AROMÁTICAS CREMA DE CALABACÍN ARROZ SALTEADO VERDURA\* CON PATATAS AL VAPOR SOPA CASERA de ave CON CODITOS (1, 3) POLLO A LA PLANCHA 2P MAIRAS ENHARINADAS (1,4) 2P TORTILLA DE PATATAS (3) PELOTA CASERA EN SALSA AL HORNO (1, 2P LOMO A LA PLACNHA 12.3) ENSALADA\* **ENSALADA** GU CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE DE GU OLIVA **ENSALADA** YOGUR NATURAL sin azúcar (7) FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO 5 6 CREMA DE VERDURAS\* ARROZ SALTEADO BRÓCOLI CON PATATA MACARRONES CON QUESO (1, 3, 7)) CREMA DE VERDURAS\* 1P MERLUZA A LA ANDALUZA (frito con harina) 2P DADOS DE PAVO ESTOFADOS LOMO OA LA PLANCHA POLLO A LA PLANCHA TORTILLA FRANCESA (3) (1, 4)**PATATAS** CUSCÚS SALTEADO (1, 10, 6) GU ENSALADA\* ENSALADA\*\* GU ENSALADA\* GU FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO YOGUR NATURAL sin azúcar (7) PLÁTANO CON SIROPE DE CHOCOLATE 12 13 14 15 11 **VERDURA \* Y PATATA** CRMA DE VERDURAS\* ARROZ CON ORÉGANO SOPA CASERA DE AVE CON PISTONES CREMA DE VERDURAS DE TEMPORADA\* 1P 1P 1P (1, 9)LOMOA LA PLANCHA BACALAO GRATINADO (1, 14, 2, 4) MACARRONES CON CHAMPIÑONES (1) HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS (3) POLLO AL HORNO 2P ENSALADA \* 2P ENSALADA\* FRUTA DEL TIEMPO **FNSALADA\*** GU PO YOGUR NATURAL sin azúcar (7) GU FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO 19 20 21 1P PATATAS GRATINADAS (3, 7) MAC &CHEESE \*(coditos gratinados **VERDURA\* CON PATATA** CREMA DE VERDURAS\* ARROZ CON HIERBAS AROMÁTICAS con queso) (1, 3, 7) DADOS DE PAVO ESTOFADOS BASTONCITOS DE MERLUZA CASEROS TORTILLA DE PATATAS (3) PIZZA CASERA DE CHAMPIÑONES 2P (1,3,4) CHAMPIÑONES SALTEADOS EN ACEITE (mozzarella y aceitunas) (1, 7) **ENSALADA**\* POLLO AL HORNO DE OLIVA ENSALADA \* ENSALADA\* ENSALADA\* GU FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO FRUTA DEL TIEMPO YOGUR NATURAL sin azúcar (7) 25 28 29 26 27















(5)

Pescado Cacahuete





















