

## HORARIO

	HORA
<b>VIERNES 17 OCTUBRE</b>	
Llegada al Cortijo El Plantío	19:00 – 21:00
Cena	21:30
<b>SABADO 18 OCTUBRE</b>	
Desayuno	7:45 – 8:30
Salida Ruta “Nacimiento rio Castril” (Coches)	8:30
Llegada Ruta cortijo El Plantío	12:00
Raid de Orientación de Aventura	12:00 – 14:00
Comida	14:00 – 14:30

## COMIDAS

### CENA, VIERNES 17 OCTUBRE

#### PRIMEROS PLATOS

- Sopa de picadillo.
- Ensalada Mediterránea

#### SEGUNDOS PLATOS:

- Asado de pollo con verduras
- Merluza a la marinera

### DESAYUNO

- Café, zumo de naranja, ColaCao
- Tostadas
- Dulces y pastas

### COMIDA SABADO 18 OCTUBRE

#### PRIMEROS PLATOS

- Migas
- Salmorejo
- Guiso de Patatas con costilla y pimientos asados

#### SEGUNDOS PLATOS

- Albóndigas caseras en salsa con guarnición
- Cabezada de lomo en salsa

\*bebidas: cerveza, vino, cocacola, fanta de limón, etc