

Servimos con Corazón

S 1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	CAFE CON LECHE Y ZUMO CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA O MANTEQUILLA						
Comida	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS GUIADAS CON COSTILLAS DADOS DE BACALAO CON SALSA ALI OLI MANZANA ASADA	MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO TRASERO DE POLLO ASADO CON PURÉ DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS ABADEJO ROMANA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) NATILLAS CASERAS	REPOLLO A LA GALLEGA CINTA DE LOMO A LA MADRILEÑA CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	POTAJE DE ACELGAS Y GARBANZOS ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS YOGURES	PAELLA VALENCIANA HALIBUT MEUNIERE CON TOMATE ALIÑADO CON AJOS Y COMINO PERAS AL VINO
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA CAELLA ENCEBOLLADA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES	ACELGAS REHOGADAS CON CRUJIENTE DE AJOS FILETE DE SARDINA A LA MADRILEÑA CON CALABACIN SALTEADO YOGURES	SOPA DE PUCHERO TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES	CREMA PARMENTIER ALBONDIGAS MIXTAS CON JARDINERA DE VERDURAS CON PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA MINISTRONE FILETE DE MERLUZA EN SALSA DE VINO BLANCO CON ESPÁRRAGOS TRIGUEROS YOGURES	BROCOLI CON PATATAS EMPANADA HOJALDRADA DE CARNE CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	PISTO DE CALABACIN SOLOMILLO DE POLLO EN SALSA DE BROCOLI, PATATA Y VERDURA FRUTA DE TEMPORADA
Energía (Kcal.)	2.320 Kcal	2.418 Kcal	2.447 Kcal	2.173 Kcal	1.970 Kcal	2.405 Kcal	2.117 Kcal
Proteínas (g.)	P: 111	P: 89	P: 121	P: 87	P: 96	P: 104	P: 95
H.Carbono(g.)	HC: 261	HC: 255	HC: 264	HC: 262	HC: 235	HC: 295	HC: 246
Lípidos (g.)	L: 82	L: 110	L: 95	L: 75	L: 64	L: 81	L: 77

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420 /2006

Servimos con Corazón

S 2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	CAFE CON LECHE Y ZUMO CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA O MANTEQUILLA						
Comida	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CON CHORIZO HUEVOS FRITOS CON PISTO YOGURES	COLIFLOR AL AJO ARRIERO JAMONCITOS DE POLLO EN PEPITORIA FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES SALTEADOS CON VERDURAS RAGOUT DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA CON PURÉ DE PATATA FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS A LA MARINERA FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO EMPANADO CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS BACALAO CON CEBOLLA CONFITADA Y PASAS MANZANA ASADA	PAELLA DE PESCADO CON VERDURA ALITAS DE POLLO AL AJILLO CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS SALTEADO ARROZ CON LECHE
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	ESPINACAS SALTEADAS TORTILLA DE AJETES CON ARROZ PILAF YOGURES	CREMA DE CALABAZA CON QUESO JAMÓN YORK, QUESO Y MEMBRILLO CON LECHUGA EN JULIANA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE FIDEOS ABADEJO EN SALSA MARINERA YOGURES	CREMA DE ESPARRAGOS NATURAL CON PICATOSTES CAZÓN AL HORNO CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE AJO CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON PATATA DADO YOGURES	ENSALADILLA RUSA CROQUETAS Y EMPANADILLAS CON BERENJENA SALTEADA YOGURES	VICHYSOISE NATURAL TORTILLA GUISADA CON TOMATE PARRILLA FRUTA DE TEMPORADA
Energía (Kcal.)	2.324 Kcal	2.055 Kcal	2.026 Kcal	2.295 Kcal	2.144 Kcal	2.405 Kcal	2.475 Kcal
Proteínas (g.)	P: 96	P: 85	P: 112	P: 107	P: 105	P: 94	P: 109
H.Carbono(g.)	HC: 259	HC: 243	HC: 223	HC: 282	HC: 244	HC: 267	HC: 287
Lípidos (g.)	L: 91	L: 74	L: 70	L: 74	L: 78	L: 97	L: 93

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**.

Nota:



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420 /2006

Servimos con Corazón

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	CAFE CON LECHE Y ZUMO CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA O MANTEQUILLA						
Comida	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CON VERDURAS FIAMBRE DE LOMO PLANCHA CON PURÉ DE MANZANA YOGURES	BROCOLI REHOGADO CON JAMON MAZA DE CERDO ASADA A LA MOSTAZA CON AROS DE CEBOLLA FRUTA DE TEMPORADA	MIGAS EXTREMEÑAS HAMBURGUESA DE PAVO ENCEBOLLADA CON TOMATE NATURAL MANZANA ASADA	MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO HUEVOS CON BECHAMEL GRATINADOS CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS RAGOUT DE TERNERA CON VERDURAS CON PATATAS FRITAS CUAJADA	PATATAS EN SALSA VERDE JAMONCITOS DE POLLO AL TOMILLO CON PIMIENTOS VERDES FRITOS FRUTA DE TEMPORADA
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	ACELGAS CASERAS CON PATATA SOLOMILLO DE POLLO EN SALSA DE QUESO CON ARROZ PILAF YOGURES	SOPA DE POLLO CON FIDEO CAELLA EN SALSA VERDE CON PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA CASTELLANA TORTILLA DE CALABACIN CON GUISANTES SALTEADOS YOGURES	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON PATATA Y JAMON ABADEJO A LA ANDALUZA CON PISTO YOGURES	CREMA DE CALABACIN NATURAL CON PICATOSTES LOMO DE SAJONIA EN SALSA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES	BROCOLI HERVIDO CON ACEITE DE OLIVA FILETE DE MERLUZA A LA ROMANA CON LIMÓN CON ARROZ AROMATICO CON GUISANTES Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE FIDEOS EMPANADA HOJALDRADA DE CARNE CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES
Energía (Kcal.)	2.450 Kcal	2.012 Kcal	2.173 Kcal	2.470 Kcal	2.277 Kcal	2.340 Kcal	2.330 Kcal
Proteínas (g.)	P: 114	P: 109	P: 92	P: 92	P: 93	P: 112	P: 101
H.Carbono(g.)	HC: 267	HC: 245	HC: 212	HC: 311	HC: 274	HC: 268	HC: 283
Lípidos (g.)	L: 95	L: 58	L: 99	L: 85	L: 83	L: 81	L: 82

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**

Nota:



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420 /2006

Servimos con Corazón

S 4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	CAFE CON LECHE Y ZUMO CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA O MANTEQUILLA						
Comida	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS RIOJANA RAGOUT DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA CON PATATAS FRITAS YOGURES	ARROZ CAMPERO JAMONCITOS DE POLLO AL CHILINDRÓN CON PURÉ DE PATATA MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES	POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS FILETES RUSOS CON TOMATE AL HORNO CON PATATA DADO YOGURES	MACARRONES CON CHORIZO HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS PINTAS CON PATATAS MAGRO DE CERDO ENCEBOLLADO CON MANZANA ASADA GAJOS CUAJADA	PAELLA VALENCIANA BACALAO GRATINADO CON MAYONESA DE MEMBRILLO CON PIPERRADA NATILLAS CASERAS
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	CREMA DE CALABAZA HUEVOS AURORA CON TOMATE Y ORÉGANO YOGURES	JUDÍAS VERDES REHOGADAS CON PIMENTÓN TILAPIA EN SALSA DE VINO BLANCO GU LECHUGA CON CEBOLLA FRUTA DE TEMPORADA	ESPINACAS A LA CREMA CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata) SOLOMILLITOS DE POLLO ESTOFADOS CON SALSA DE NARANJA CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	ACELGAS REHOGADAS CON CRUJIENTE DE AJOS FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON TOMATE AL HORNO YOGURES	CREMA DE MARISCO CON CROUTONES ENSALADILLA RUSA CON PICOS FRUTA	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL LACÓN CON CACHELOS CON LECHUGA Y MAÍZ YOGURES
Energía (Kcal.)	2.354 Kcal	2.102 Kcal	2.635 Kcal	2.287 Kcal	2.101 Kcal	2.355 Kcal	2.401 Kcal
Proteínas (g.)	P: 97	P: 90	P: 110	P: 96	P: 91	P: 94	P: 111
H.Carbono(g.)	HC: 257	HC: 242	HC: 311	HC: 250	HC: 250	HC: 269	HC: 281
Lípidos (g.)	L: 95	L: 78	L: 100	L: 93	L: 75	L: 91	L: 85

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**.

Nota:



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420 /2006

Servimos con Corazón

S 5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	CAFE CON LECHE Y ZUMO CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA O MANTEQUILLA						
Comida	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS DADOS DE BACALAO REBOZADOS CON ALI OLI FLAN DE HUEVO CASERO	PATATAS REVOLCONAS JAMONCITOS DE POLLO CON SALSA DE MOSTAZA CON ZANAHORIA Y CALABACIN SALTEADO MANZANA ASADA	FIDEUA DE VERDURAS BOQUERONES A LA ANDALUZA CON LECHUGA Y REMOLACHA YOGURES	POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS ALBONDIGAS MIXTAS CON SALSA ESPAÑOLA CON PATATA DADO ARROZ CON LECHE	MACARRONES CON TOMATE GRATINADOS HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	PAELLA MIXTA ZARZUELA DE PESCADO CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS FRUTA DE TEMPORADA
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	JUDIAS VERDES REHOGADAS CON PATATA Y JAMON VENTRESCAS DE MERLUZA A LA BILBAINA CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES	CREMA DE CALABACIN REDONDO DE PAVO ASADO CON SALSA DE MANZANA GOLD CON TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	SOPA CASTELLANA PASTEL DE SALMÓN CON ENSALADILLA DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABAZA CON QUESO TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA CON SALTEADO DE VERDURAS FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE LETRAS FOGONERO CON CEBOLLA CONFITADA Y PASAS CON TOMATE Y ORÉGANO YOGURES	CREMA PARMENTIER JAMÓN YORK, QUESO Y MEMBRILLO CON LECHUGA EN JULIANA YOGURES	SOPA DE PICADILLO HAMBURGUESA MIXTA EN SALSA CON CHAMPIÑONES FRUTA
Energía (Kcal.)	2.220 Kcal	2.383 Kcal	2.316 Kcal	1.918 Kcal	2.306 Kcal	2.149 Kcal	2.178 Kcal
Proteínas (g.)	P: 98	P: 86	P: 103	P: 80	P: 103	P: 80	P: 97
H.Carbono(g.)	HC: 257	HC: 257	HC: 236	HC: 232	HC: 289	HC: 277	HC: 276
Lípidos (g.)	L: 79	L: 105	L: 99	L: 67	L: 76	L: 73	L: 69

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**.

Nota:



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420 /2006