

MENÚ BASAL DEL 30 AL 6 DE OCTUBRE

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

APERITIVO DIARIO EN LA COMIDA: CONSOMÉ O GAZPACHO (SEGÚN TEMPORADA)

COMIDA

1º

GUISANTES CON JAMÓN O ENSALADA DE POLLO Y PIÑA O CREMA DE GARBANZOS

PISTO O ALCACHOFAS REHOGADAS O CREMA DE BERENJENA

PATATAS A LA MARINERA O COLIFLOR AL PIMENTÓN O CREMA DE BRÓCOLI Y CALABACÍN

MENESTRA EN Salsa O SOPA DE PESCADO O CREMA DE CALABAZA

SOPA DE COCIDO O BERENJENA SALTEADA O CREMA DE VERDURAS

PASTA AL AJILLO CON GAMBAS O BRÓCOLI REHOGADO O CREMA DE GUISANTES

CREMA DE CHAMPIÑONES O PARRILLADA DE VERDURAS O ALCACHOFAS REHOGADAS

2º

PASTEL DE CARNE CON PURÉ DE PATATA

CALAMARES A LA AMERICANA CON ARROZ

SALCHICHAS FRESCAS AL VINO CON CEBOLLA

POLLO ASADO CON PATATAS PANADERAS

COCIDO COMPLETO

PAVO A LA PLANCHA CON PURÉ DE MANZANA

BERENJENA RELLENA DE CARNE PICADA

POSTRE

FRUTA VARIADA O YOGUR

ARROZ CON LECHE O FRUTA Y CAFÉ

kcal:719 HC: 81 g Prot: 31 g Lip: 27 g

kcal:697 HC: 89 g Prot: 38 g Lip:18 g

kcal:734 HC: 58 g Prot:37 g Lip: 34 g

kcal:645 HC: 74 g Prot: 44 g Lip: 18 g

kcal: 745 HC: 94 g Prot: 35 g Lip: 24 g

kcal:746 HC: 85 g Prot: 64 g Lip: 15 g

kcal: 697 HC: 89 g Prot: 38 g Lip: 18 g

CENA

1º

SOPAS DE AJO O CREMA DE CEBOLLA O CALABACÍN A LA PLANCHA

ACELGAS A LA CAZUELA O CREMA DE VERDURAS O SOPA DE LLUVIA

CREMA DE CALABACÍN O VERDURAS A LA PROVENZAL O SOPA DE FIDEOS

ESPINACAS A LA CREMA O CREMA DE ESPÁRRAGOS O SOPA DE LLUVIA

SOPA MINISTRONE O CREMA DE CEBOLLA Y PATATA O JUDÍAS VERDES REHOGADAS

SOPA DE VERDURAS O CREMA DE LOMBARDA O WOK DE VERDURAS

CREMA DE ZANAHORIA O SOPA DE LLUVIA O MENESTRA DE VERDURAS SALTEADA

2º

HUEVOS ESCALFADOS EN Salsa DE ESPÁRRAGOS

MERLUZA A LA ANDALUZA CON ENSALADA

PECHUGA DE PAVO, QUESO FRESCO Y MEMBRILLO

CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON TOMATE

EMPERADOR A LA PLANCHA CON ENSALADA

TORTILLA FRANCESA DE ATÚN

BACALAO AL HORNO CON PATATAS AL VAPOR

POSTRE

FRUTA VARIADA O YOGUR

PERA EN SU JUGO O YOGUR

COMPOTA DE MANZANA O YOGUR

FRUTA VARIADA O CUAJADA

FRUTA VARIADA O YOGUR

FRUTA VARIADA O NATILLAS

FRUTA VARIADA O YOGUR

kcal:655 HC: 76 g Prot: 24 g Lip: 26 g

kcal:518 HC:61 g Prot: 35g Lip: 13 g

kcal: 697 HC: 89 g Prot: 38 g Lip: 18 g

kcal:769 HC: 66 g Prot: 30 g Lip: 30 g

kcal:502 HC: 62 g Prot: 38 g Lip:10 g

kcal:543 HC: 58 g Prot: 28 g Lip:25 g

kcal: 528 HC: 75 g Prot: 32 g Lip: 10 g

SI PRESENTA ALGUNA ALERGIA O INTOLERANCIA A ALGUNO DE ESTOS ALÉRGENOS, DEBERÁ CONSULTAR CON EL PERSONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA LA POSIBLE PRESENCIA DE ÉSTOS EN EL MENÚ. PROCEDA DEL MISMO MODO EN CASO DE QUE SU ALERGIA O INTOLERANCIA SEA DEBIDA A CUALQUIER OTRO ALÉRGENO ALIMENTARIO NO RECOGIDO EN LA CARTELERÍA CORRESPONDIENTE A ALÉRGENOS

