

MENÚ BASAL DEL 04 AL 10 DE NOVIEMBRE

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

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

COMIDA

1º

COLIFLOR REHOGADA
o CREMA DE
ESPÁRRAGOS O
ALUBIAS CON ALMEJAS

SOPA DE PESCADO O
ALCACHOFAS CON
JAMÓN O CREMA DE
CALABACÍN

GARBANZOS CON
VERDURAS, CALAMARES Y
GAMBAS O CREMA DE
BERENJENA O ENSALADA
MIXTA

PASTA CON HUEVO Y
ATÚN O CREMA DE
ALUBIAS O ACELGAS
REHOGADAS

SOPA DE COCIDO O
LOMBARDA REHOGADA
O CREMA DE CALABAZA

PUDIN DE SETAS CON
SALSA DE ESPÁRRAGOS O
SALPICÓN DE MARISCO O
CREMA DE VERDURAS

ENSALADA CÉSAR O
CREMA DE BRÓCOLI O
CONSOMÉ AL JEREZ

2º

SECRETO DE CERDO
CON ARROZ

LASAÑA DE POLLO CON
ESPINACAS

ALBÓNDIGAS EN
SALSA

CALAMAR A LA
PLANCHA CON ALIOLI

COCIDO COMPLETO

CHULETA DE PAVO CON
PURÉ DE MANZANA

ARROZ CALDOSO CON
SOLOMILLO

POSTRE

FRUTA VARIADA O YOGUR

FRUTA O CORONA DE LA
ALMUDENA Y CAFÉ

FRUTA O TARTA SELVA
NEGRA Y CAFÉ

kcal:710 HC: 94 g Prot:38 g Lip: 18 g

kcal:655 HC: 82 g Prot:41 g Lip: 16 g

kcal:679 HC: 94 g Prot:40 g Lip: 13 g

kcal:709 HC: 94 g Prot:43 g Lip: 15 g

kcal:747 HC: 87 g Prot: 37g Lip: 25 g

kcal:767 HC: 85 g Prot: 56 g Lip: 20 g

kcal:770 HC: 82 g Prot: 41g Lip: 29 g

CENA

1º

SOPA DE FIDEOS O
CREMA DE VERDURAS
O WOK DE VERDURAS

VICHYSOISE DE
ESPÁRRAGOS O SOPA
DE LLUVIA O JUDÍAS
VERDES REHOGADAS

SOPA DE AJO O CREMA
DE ZANAHORIA Y
LECHE DE COCO O
MENESTRA SALTEADA

BRÓCOLI REHOGADO O
SOPA DE ESTRELLAS O
CREMA DE VERDURAS

CREMA DE PUERROS O
PARRILLADA DE
VERDURAS O SOPA DE
PESCADO

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

SOPA DE PICADILLO O
CREMA DE CALABAZA
O ESPÁRRAGOS

2º

LIMANDA REBOZADA
CON ENSALADA

TORTILLA FRANCESA
CON TOMATE

DORADA AL HORNO
CON VERDURAS

JAMÓN YORK CON
QUESO FRESCO

HUEVOS AL HORNO
CON TOMATE Y JAMÓN

SAN JACOBO CON
ENSALADA DE
ZANAHORIA

HUEVOS COCIDOS
CON LECHUGA

POSTRE

FRUTA VARIADA O CUAJADA

FRUTA VARIADA O FLAN

PIÑA EN SU JUGO O YOGUR

FRUTA VARIADA O YOGUR

FRUTA VARIADA O NATILLAS

FRUTA VARIADA O YOGUR

FRUTA VARIADA O YOGUR

kcal:477 HC: 57 g Prot:35 g Lip: 11 g

kcal:558 HC: 52 g Prot:26 g Lip: 26 g

kcal:502 HC: 55 g Prot:29 g Lip: 17 g

kcal:556 HC: 54 g Prot:38 g Lip: 18 g

kcal:534 HC: 65 g Prot: 26 g Lip: 12g

kcal:554 HC:83g Prot: 21 g Lip: 13 g

kcal:574 HC:49 g Prot:25 g Lip: 29 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

