

S 2	Lunes 14	Martes 15	Miércoles 16	Jueves 17	Viernes 18
Desayuno	DESAYUNO				
Comida	LENTEJAS CASERAS PASTEL DE CARNE GRATINADO CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CON TOMATE DADOS DE BACALAO REBOZADOS CON GUISANTES Y ZANAHORIA SALTEADOS COMPOTA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FLAN DE LIMON CON CARAMELO	PATATAS RIOJANA SAN JACOBO DE PAVO A LA PLANCHA CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS VERDES REHOGADAS HUEVOS FRITOS CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA
Merienda	BOCADILLO DE EMBUTIDO				
Cena	CREMA DE CALABACÍN JAMÓN AL OPORTO CON BERENJENA ASADA GELATINA (sin azúcares)	SOPA DE AJO TORTILLA ESPAÑOLA CON TOMATE ALIÑADO YOGURES	CREMA DE CALABAZA NATURAL EMPANADA DE ATUN CON PIMIENTOS MORRONES SALTEADOS FRUTA DE TEMPORADA	SOPA CASTELLANA ABADJO CON SALSA DE LIMON CON ZANAHORIA RALLADA COMPOTA	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, calabacín, patata) TRONQUITO DE MERLUZA AL HORNO CON ENSALADILLA DE VERDURAS GELATINA (sin azúcares)
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.274 Kcal P: 111 HC: 266 L: 76	1.955 Kcal P: 72 HC: 255 L: 66	2.703 Kcal P: 122 HC: 296 L: 107	2.131 Kcal P: 103 HC: 244 L: 75	1.752 Kcal P: 83 HC: 215 L: 65
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 1021/2022



S 3	Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
Desayuno	DESAYUNO				
Comida	ARROZ CAMPERO TRONQUITO DE MERLUZA AL HORNO CON MENESTRA DE VERDURA REHOGADA FLAN DE MELOCOTON CON CARAMELO	ESPIRALES SALTEADOS CON CALABACÍN ALBONDIGAS DE TERNERA EN SALSA VERDE CON GUISANTES SALTEADOS FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS A LO POBRE BROCHETAS DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CHAMPIÑON NATURAL ROTI DE PAVO ASADO CON ARROZ PILAF FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE PICADILLO LACON A LA PLANCHA CON PATATA CACHELO YOGURES
Merienda	BOCADILLO DE EMBUTIDO				
Cena	SOPA DE PASTA TORTILLA DE JAMÓN CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE FIDEOS BOQUERONES A LA ANDALUZA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FLAN DE NARANJA CON CARAMELO	CREMA DE PUERRO NATURAL CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES	TRICOLOR DE VERDURAS (judía verde, zanahoria, coliflor) CAPRICHOS DE CALAMAR CON CALABACIN SALTEADO COMPOTA	CREMA DE CALABAZA NATURAL PIZZA MARGARITA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.015 Kcal P: 89 HC: 262 L: 64	2.286 Kcal P: 108 HC: 289 L: 72	2.049 Kcal P: 103 HC: 214 L: 81	1.881 Kcal P: 90 HC: 238 L: 58	2.109 Kcal P: 95 HC: 268 L: 67

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 1021/2022



S 4

Lunes 28

Martes 29

Miércoles 30

Jueves

Viernes

Desayuno	DESAYUNO				
Comida	ARROZ CALDOSO CON VERDURAS Y TOMATE HAMBURGUESA DE POLLO A LA PLANCHA CON CALABACIN SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	POTAJE DE GARBANZOS CON ESPINACAS JAMONCITOS DE POLLO ASADOS CON PIMIENTOS TORRADOS FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO LOMO DE CERDO EN SALSA DE AJILLO CON VERDURITAS SALTEADAS COMPOTA		
Merienda	BOCADILLO DE EMBUTIDO				
Cena	CREMA DE CALABACÍN HUEVOS RELLENOS DE ATÚN CON MAHONESA CON TOMATE CON ORÉGANO YOGURES	SOPA MARAVILLA (CALDO VERDURAS) MERLUZA A LA DONOSTIARRA CON PATATA ASADA GELATINA (sin azúcares)	JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ACEITE Y AJO TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE ASADO YOGURES		
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.402 Kcal P: 109 HC: 272 L: 82	2.092 Kcal P: 116 HC: 234 L: 71	2.023 Kcal P: 91 HC: 231 L: 78		

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 1021/2022

