



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1.ª semana					
			TODOS LOS SANTOS	Arroz con tomate Huevos fritos y salchichas Postre lácteo	Sopa de Fideos Pollo asado con ensalada Fruta
				579 Kcal P: 24.8g H: 67.2 g G: 20.3 g	662 Kcal P: 23.6 g H: 75.5 g G: 28.7 g
2.ª semana	6	7	8	9	10
	Judías verdes con jamón Filete de pavo a la plancha con patatas Fruta	Espaguetis gratinados Salmón al horno con ensalada Fruta	Sopa del cocido (fideos, caldo de cocido) Cocido completo (garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo, tocino y patatas) Yogurt	Crema de calabaza Cinta de lomo adobada ensalada de lechuga y cebolla Fruta	Arroz con pollo Centros de merluza con ensalada Fruta
	580 Kcal P: 41.6 g H: 66.9 g G: 13.6 g	708 Kcal P: 32.6 g H: 85.6 g G: 24.2 g	690 Kcal P: 41.1 g H: 79.3 g G: 20.3 g	650 Kcal P: 29 g H: 59 g G: 30.8 g	658 Kcal P: 26 g H: 87.1 g G: 21.5 g
3.ª semana	13	14	15	16	17
	Macarrones a la carbonara Filete de ternera con ensalada Fruta	Paella valenciana (calamares, mejillones, pollo, chirlas, gambas, pimiento, guisantes) Fiambre de pavo y queso con ensalada de lechuga y tomate Fruta	Sopa maravilla Muslitos de pollo asado con patatas Yogurt	Crema de verduras naturales (Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas, repollo y patatas) Filete de Pescadilla al horno con ensalada Fruta	Judías blancas estofadas (cebolla, zanahorias, tocino, chorizo, codillo) Croquetas de jamón con ensalada Fruta
	643 Kcal P: 32.3 g H: 72.6 g G: 22.9 g	565 Kcal P: 27.3 g H: 77.4 g G: 14.3 g	658 Kcal P: 33.9 g H: 57.6 g G: 31.2 g	514 Kcal P: 18.7 g H: 66.1 g G: 17.2 g	674 Kcal P: 25.5 g H: 73.6 g G: 27.1 g
4.ª semana	20	21	22	23	24
	Espirales con salsa napolitana Filete de sajonia con ensalada Fruta	Lentejas guisadas Bacalao rebozado con patatas Fruta	Sopa de fideos Ragout de pavo a la jardinera Postre lácteo	Crema de calabacín Albóndigas de ternera en salsa con arroz Fruta	Patatas a la marinera Salchichas frescas con ensalada Fruta
	628 Kcal P: 30.9 g H: 78.7 g G: 19 g	681 Kcal P: 34.8 g H: 79.4 g G: 21.5 g	536 Kcal P: 29.5 g H: 59 g G: 19.6 g	686 Kcal P: 28.9 g H: 82.4 g G: 24.7 g	587 Kcal P: 20.3 g H: 57.6 g G: 28.9 g
5.ª semana	27	28	29	30	
	Arroz con tomate Flietes de pollo al ajillo con ensalada Fruta	Sopa del cocido (fideos, caldo de cocido) Cocido completo (garbanzos, chorizo, ternera, pollo, codillo, tocino y patatas) Fruta	Crema de verduras naturales (Apio, puerro, nabo, zanahorias, acelgas, repollo y patatas) Hamburguesa de ternera con patatas Postre lácteo	Macarrones gratinados Cazón al horno con ensalada Fruta	
	699 Kcal P: 24.1 g H: 87.8 g G: 26.4 g	581 Kcal P: 32.9 g H: 70.8 g G: 15.2 g	690 Kcal P: 30 g H: 73.3 g G: 29.1 g	606 Kcal P: 30.6 g H: 81.2 g G: 15.7 g	

Menús especiales para alergias: **Consultar WEB**

Los menús se sirven acompañados de pan y agua, así como de un vaso de leche opcional, sola o con cacao y/o azúcar.

Personal propio, especializado y experimentado, elabora los menús íntegramente en nuestras instalaciones utilizando productos de primera calidad.