

Menú

LUNES

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACAS	ZORZA CON CACHELOS	YOGUR
Diabética	ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACAS	ZORZA CON PIMIENTOS REHOGADOS	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACAS	LOMO A LA PLANCHA CON PIMIENTOS REHOGADOS	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACAS	(TX) CARNE CON VERDURAS	YOGUR

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	PISTO CON PATATAS	TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA	FRUTA
Diabética	PISTO CON PATATAS	TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA	FRUTA
Hipocalórica	PISTO CON PATATAS	TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE PISTO CON PATATAS	(TX) HUEVO CON VERDURAS	(TX) FRUTA

Menú

MARTES



COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	COLIFLOR CON BECHAMEL	SALMÓN CON PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO	FRUTA
Diabética	COLIFLOR CON BECHAMEL	SALMÓN CON PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO	FRUTA
Hipocalórica	COLIFLOR REHOGADA	SALMÓN CON PAPILOTE CON PATATAS AL HORNO	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE COLIFLOR	(TX) PESCADO Y VERDURAS	(TX) FRUTA



CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	SOPA DE PESCADO	POLLO AL CHILINDRÓN	YOGUR
Diabética	SOPA DE PESCADO	POLLO AL CHILINDRÓN	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	SOPA DE PESCADO	POLLO ASADO CON PIMIENTOS REHOGADOS	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE PESCADO	(TX) POLLO Y VERDURAS	YOGUR

HHH

Menú

MIÉRCOLES



COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	COCIDO GALLEGO	SEGUNDO DE COCIDO GALLEGO	LÁCTEO
Diabética	COCIDO GALLEGO	SEGUNDO DE COCIDO GALLEGO	LÁCTEO S/AZÚCAR
Hipocalórica	COCIDO GALLEGO SIN GRASAS	SEGUNDO DE COCIDO GALLEGO SIN GRASAS	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE COCIDO GALLEGO SIN GRASAS	(TX) CARNE Y VERDURAS	YOGUR



CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	MENESTRA REHOGADA	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA	FRUTA EN SU JUGO
Diabética	MENESTRA REHOGADA	TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA	FRUTA EN SU JUGO
Hipocalórica	MENESTRA REHOGADA CON PATATA	TORTILLA DE FRANCESA CON ENSALADA	FRUTA EN SU JUGO
Túrmix	(TX)CREMA DE MENESTRA	(TX) HUEVO Y VERDURAS	(TX) FRUTA EN SU JUGO

Menú

JUEVES

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	ENSALADILLA RUSA	PESCADO DEL DÍA CON TOMATE AL HORNO	YOGUR
Diabética	ENSALADILLA RUSA	PESCADO DEL DÍA CON TOMATE AL HORNO	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	ENSALADILLA RUSA SIN MAHONESA	PESCADO DEL DÍA CON TOMATE AL HORNO	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE ENSALADILLA RUSA	(TX) PESCADO Y VERDURAS	(TX) YOGUR

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	CREMA DE PUERROS	CROQUETAS DE POLLO CON CALABACÍN GRATINADO	FRUTA
Diabética	CREMA DE PUERROS	CROQUETAS DE POLLO CON CALABACÍN GRATINADO	FRUTA
Hipocalórica	CREMA DE PUERROS	LOMO AL HORNO CON CALABACÍN ASADO	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE PUERROS	(TX) CARNE Y VERDURAS	(TX) FRUTA

Menú

VIERNES

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	LENTEJAS CON VERDURAS	HUEVOS FRITOS CON CHORIZO Y PATATAS FRITAS	MANZANA AL HORNO
Diabética	LENTEJAS CON VERDURAS	HUEVOS FRITOS CON CHORIZO Y PISTO	MANZANA AL HORNO
Hipocalórica	LENTEJAS CON VERDURAS	REVUELTO DE HUEVO CON PISTO	MANZANA AL HORNO
Túrmix	(TX) CREMA DE LENTEJAS CON VERDURAS	(TX) HUEVO Y VERDURAS	(TX) FRUTA

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	JUDÍAS VERDES CON PATATAS	BACALAO AL VAPOR CON BERENJENA REBOZADA	YOGUR
Diabética	JUDÍAS VERDES CON PATATAS	BACALAO AL VAPOR CON BERENJENA REBOZADA	YOGUR
Hipocalórica	JUDÍAS VERDES CON PATATAS	BACALAO AL VAPOR CON BERENJENA REBOZADA	YOGUR
Túrmix	(TX) CREMA DE JUDÍAS VERDES	(TX) PESCADO Y VERDURAS	(TX) YOGUR

Menú

SÁBADO



COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	ARROZ CALDOSO CON PESCADO	JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON PIMIENTO MORRÓN	YOGUR
Diabética	ARROZ CALDOSO CON PESCADO	JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON PIMIENTO MORRÓN	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	ARROZ CALDOSO CON PESCADO	JAMONCITO DE POLLO AL AJILLO CON PIMIENTO MORRÓN	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA ARROZ CALDOSO DE PESCADO	(TX) POLLO Y VERDURAS	(TX) YOGUR



CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	CREMA DE GUISANTES	QUICHE DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA	FRUTA
Diabética	CREMA DE GUISANTES	JAMÓN Y QUESO FRESCO CON ENSALADA	FRUTA
Hipocalórica	CREMA DE GUISANTES	JAMÓN Y QUESO FRESCO CON ENSALADA	FRUTA
Túrmix	CREMA DE GUISANTES	(TX) POLLO Y VERDURAS	(TX) FRUTA

Menú

DOMINGO

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	CREMA DE MARISCO	FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS	FRUTA
Diabética	CREMA DE MARISCO	FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS	FRUTA
Hipocalórica	CREMA DE MARISCO	FALDA DE TERNERA COCIDA CON PATATAS	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE MARISCO	(TX) CARNE Y VERDURAS	(TX) FRUTA

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	PANACHÉ DE VERDURAS	MERLUZA CON TOMATE Y PATATA HERVIDA	LÁCTEO
Diabética	PANACHÉ DE VERDURAS	MERLUZA CON TOMATE Y PATATA HERVIDA	LÁCTEO S/AZÚCAR
Hipocalórica	PANACHÉ DE VERDURAS	MERLUZA CON TOMATE Y PATATA HERVIDA	LÁCTEO DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE PANACHÉ DE VERDURAS	(TX) PESCADO Y VERDURAS	(TX) LÁCTEO