

LUNES 19 DE Enero DE 2026

COMIDA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Garbanzos con callos	Huevos duros con bechamel	Fruta
Diabética	Garbanzos con callos	Huevos duros con bechamel	Fruta
Hipocalórica	Garbanzos con verduras	Tortilla de jamón cocido con ensalada	Fruta
Túrmix	(TX)Crema de Lentejas con Arroz	(TX)Huevo con Zanahoria	TX de Fruta

CENA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Crema de calabaza	Salchichas al horno con pure de patatas	Lácteo
Diabética	Crema de calabaza	Salchichas al horno con pure de patatas	Lácteo Desnatado
Hipocalórica	Crema de Calabaza	Magro de cerdo C/Patatas	Lácteo Desnatado
TÚRMIX	(TX)Crema de calabaza	(TX)Magro con Calabacín	Lácteo Homogéneo

MARTES 20 DE enero DE 2026

COMIDA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Macarrones con verduras	Bacalao Gratinado con Champiñones	Fruta
Diabética	Macarrones con Verduras	Bacalao Gratinado con Champiñones	Fruta
Hipocalórica	Macarrones con Verduras	Bacalao Gratinado con Champiñones	Fruta
Túrmix	(TX)Crema de Macarrones con Jamón	(TX)Bacalao con Calabaza	TX de Fruta

CENA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Verduras asadas	Croquetas C/Ensalada	Lácteo
Diabética	Verduras asadas	Croquetas C/Ensalada	Lácteo Desnatado
Hipocalórica	Verduras asadas	Magro con Patatas	Lácteo Desnatado
Túrmix	(TX)Crema de Calabaza	(TX)Lomo con Judías	Lácteo Homogéneo

MIERCOLES 21 DE enero DE 2026

COMIDA	Primer plato	Segundo plato	Postre
Basal	Alubias con verduras	Estofado de Ave	Fruta
Diabética	Alubias con verduras	Estofado de Ave	Fruta
Hipocalórica	Alubias con verduras	Estofado de Ave	Fruta
Túrmix	(TX)Crema de Judías Verdes	(TX)Pollo con Zanahoria	TX de Fruta

CENA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Sopa de Ajo	Merluza en Salsa Verde con Espárragos	Lácteo
Diabética	Sopa de Ajo	Merluza en Salsa Verde con Espárragos	Lácteo desnatado
Hipocalórica	Sopa de Pasta	Merluza al Horno con Espárragos	Lácteo desnatado
Túrmix	(TX)Crema de Sopa de Pasta	(TX)Merluza con Calabaza	Lácteo Homogéneo

JUEVES 22 DE enero DE 2026

COMIDA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Repollo ajorriero	Paella valenciana	Fruta
Diabética	Repollo ajorriero	Paella valenciana	Fruta
Hipocalórica	Repollo ajorriero	Paella valenciana	Fruta
Túrmix	(TX)Crema de Zanahoria	(TX)Cerdo con Calabaza	TX de Fruta

CENA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Crema de guisantes	Revuelto de verduras	Lácteo
Diabética	Crema de guisantes	Revuelto de verduras	Lácteo Desnatado
Hipocalórica	Crema de Guisantes	Revuelto de verduras	Lácteo Desnatado
TÚRMIX	(TX)Crema de Calabacín	(TX)Huevo con Calabaza	Lácteo Homogéneo

VIERNES 23 DE enero DE 2026

COMIDA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Ensalada murciana	Pescado con Patatas	Fruta
Diabética	Ensalada muciana	Pescado Con Patatas	Fruta
Hipocalórica	Ensalada murciana	Pescado conPatatas	Fruta
Túrmix	(TX)Crema de zanahoria	(TX)Fogonero con Calabacín	TX de Fruta

CENA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Caldo de judias	Hojaldre de jamon y queso	Lácteo
Diabética	Caldo de judias	Hojaldre de jamon y queso	Lácteo Desnatado
Hipocalórica	Judias con patatas	Lomo al horno con ensalada	Lácteo Desnatado
Túrmix	(TX)Crema de Judías con Jamón	(TX)Lomo con Zanahoria	Lácteo Homogéneo

SABADO 24 DE enero DE 2026

COMIDA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Lentejas con arroz	Muslo de Pollo al Horno con Patatas al Horno	Fruta
Diabética	Lentejas con Arroz	Muslo de Pollo al Horno con Pimientos al Horno	Fruta
Hipocalórica	Lentejas con Arroz	Muslo de Pollo al Horno con Pimientos al Horno	Fruta
Túrmix	(TX)Crema de Zanahoria	(TX)Pollo con Calabacín	TX De Fruta

CENA	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Crema de coliflor con queso	Caballa al Horno con Setas y Zanahoria	Lácteo
Diabética	Crema de coliflor con queso	Caballa al Horno con Setas y Zanahoria	Lácteo Desnatado
Hipocalórica	Crema de Coliflor	Caballa al Horno con Setas y Zanahoria	Lácteo Desnatado
Túrmix	(TX)Crema de Coliflor	(TX)Merluza con Calabaza	Lácteo Homogéneo

DOMINGO 25 DE enero DE 2026

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Mejillones a la marinera	Solomillo con patatas	Fruta
Diabética	Mejillones a la marinera	Solomillo con patatas	Fruta
Hipocalórica	Mejillones a la marinera	Solomillo con patatas	Fruta
Túrmix	(TX)Crema de Calabacín	(TX)Magro con Zanahoria	(TX) Fruta

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	Sopa de Pasta	Tortilla de Espinacas	Lácteo
Diabética	Sopa de Pasta	Tortilla de Espinacas	Lácteo Desnatado
Hipocalórica	Sopa de Pasta	Tortilla de espinacas	Lácteo Desnatado
Túrmix	(TX)Crema de Sopa de Pasta	(TX)Huevo con Espinacas	Lácteo homogéneo