

Del 01/06/2020 al 07/06/2020

Otoño/Invierno 19/20

S4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	JUDIAS VERDES CON JAMÓN CREMA DE LEGUMBRES	MACARRONES CARBONARA ARROZ CON QUESO	LENTEJAS ESTOFADAS PASTA CON ESPINACAS	COLIFLOR AL AJO ARRIERO TRICOLOR DE VERDURAS (judía verde, zanahoria, coliflor)	ARROZ CALDOSO COL CON PATATAS	ALUBIAS ESTOFADAS PASTA CON ATÚN	PATATAS GUIADAS FIDEUA DE VERDURAS
	GUISADO DE TERNERA MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑONES	POLLO GUIADO CON ZANAHORIAS HALIBUT EN SALSA CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS	PESCADO DEL DÍA ESTOFADO DE TERNERA GERMANO CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)	ROTTI DE CERDO ASADO EN SU JUGO MERLUZA AL HORNO CON PATATA ASADA	SARDINAS CON PIPERRADA ZANCARRÓN CON TOMATE Y VERDURITAS SALTEADAS	COSTILLAS ASADAS CON VERDURAS TIRITAS DE PESCADO AL LIMÓN	SUPREMA DE BACALAO CON TOMATE CINTA DE SAJONIA
	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA EN ALMÍBAR	POSTRE CASERO FRUTA DE TEMPORADA
Cena	SOPA DE FÍDEOS CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante)	CREMA DE ESPINACAS NATURAL SOPA DE MARAVILLA	SOPA DE LLUVIA CREMA DE PUERROS	CREMA DE ACELGAS SOPA DE AVE CON FIDEOS	SOPA DE VERDURAS CREMA DE CHAMPIÑÓN	CREMA DE CALABAZA NATURAL SOPA DE FIDEOS	SOPA DE ZANAHORIA CREMA DE CEBOLLA
	TILAPIA A LA NARANJA HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA	PASTEL DE VERDURAS CON JAMON Y QUESO GRATINADO	FILETES RUSOS ABADEJO EN SALSA MARINERA	TORTILLA DE QUESO MUSLO DE POLLO AL AJILLO	TRASERO DE POLLO ASADO PESCADILLA A LA GALLEGA CON PATATA ASADA	TORTILLA DE CALABACIN SAN JACOBO CON TOMATE, MAIZ Y ZANAHORIA	EMPANADA DE JAMON Y QUESO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS CON PISTO
	NATILLAS DE VAINILLA	LOMO A LA PLANCHA YOGURES	POSTRE CASERO	YOGURES	YOGURES	NATILLAS DE CHOCOLATE	YOGURES
Energía (Kcal.)	2.680 Kcal	2.342 Kcal	2.991 Kcal	2.288 Kcal	2.581 Kcal	2.685 Kcal	2.938 Kcal
Proteínas (g.)	P: 95	P: 95	P: 117	P: 100	P: 104	P: 91	P: 89
H.Carbono(g.)	HC: 339	HC: 334	HC: 351	HC: 283	HC: 330	HC: 320	HC: 344
Lípidos (g.)	L: 121	L: 89	L: 117	L: 85	L: 88	L: 108	L: 125

NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

Nota:

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
Dietista Nutricionista
Servicio de Nutrición y Dietética



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser con sumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

Del 08/06/2020 al 14/06/2020

Otoño – Invierno 19/20

S5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	MENESTRA CON PATATAS PASTEL DE VERDURAS BOCADITOS DE ATÚN ALBONDIGAS DE TERNERA CON TOMATE Y ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES GRATINADAS ARROZ CON VERDURAS POLLO A LA CAZADORA PLATJA AL HORNO CON VERDURA REHOGADA FRUTA DE TEMPORADA	PAELLA MACARRONES CON CHORIZO MAGRO DE CERDO EN SU JUGO TIRITAS DE PESCADO AL LIMON CON REPOLLO FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS ESTOFADOS VICHYSOISE PESCADO DEL DIA CARNE DE CERDO ESTOFADA AL AJILLO CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) PERA EN ALMIBAR	COLIFLOR REHOGADA ESPINACAS A LA CREMA HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CALLOS CON TOMATE CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	FABADA CREMA BILBAINA SUPREMA DE BACALAO CON TOMATE POLLO AL AJILLO CON CEBOLLA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS CON GAMBAS PENCAS CON PATATA TORTILLA DE JAMÓN ROTTI DE PAVO EN SALSA CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA TARTA DE QUESO
	SOPA CASTELLANA CREMA DE CALABACIN TORTILLA DE PATATAS CON PIMIENTOS VERDES FILETE DE SARDINA AL HORNO YOGURES	JUDÍAS VERDES REHOGADAS SOPA DE AVE CON TAPIOCA ABADEJO AL HORNO JAMON YORK AL HORNO CON PATATA AL AJILLO NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) SOPA DE PESCADO SAN JACOBO CASERO TORTILLA PAISANA YOGURES	SOPA DE PASTA TIMBAL DE VERDURA GRATINADO TIRAS DE POLLO CON VERDURAS ABADEJO CON TOMATE POSTRE CASERO	CREMA DE GUISANTES NATURAL SOPA DE AJO LOMO A LA PLANCHA SANDWICH VEGETAL CON ZANAHORIA RALLADA YOGURES	SOPA DE VERDURAS CREMA DE CEBOLLA MAGRO EN SALSA DE MANZANA PAPILLOTE DE MERLUZA Y SALMON CON PATATA AL VAPOR FLAN DE VAINILLA	CREMA DE ESPINACAS NATURAL SOPA DE LLUVIA HAMBURGUESA DE TERNERA PALITOS DE MERLUZA CON CEBOLLA CAMELIZADA YOGURES
Energía (Kcal.)	2.424 Kcal	2.543 Kcal	2.589 Kcal	2.580 Kcal	2.511 Kcal	3.674 Kcal	2.665 Kcal
Proteínas (g.)	P: 94	P: 95	P: 100	P: 127	P: 90	P: 107	P: 102
H.Carbono(g.)	HC: 302	HC: 342	HC: 348	HC: 292	HC: 317	HC: 328	HC: 323
Lípidos (g.)	L: 83	L: 82	L: 84	L: 95	L: 120	L: 106	L: 107

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
Dietista Nutricionista
Servicio de Nutrición y Dietética



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

Del 15/06/2020 al 21/06/2020

Otoño – Invierno 19/20

S1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ARROZ TRES DELICIAS CREMA DE CALABAZA NATURAL POLLO GUISADO CON ZANAHORIAS ABADJO EN SALSA MARINERA FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CON VERDURAS PATATAS GUISADAS CARNE DE CERDO ESTOFADA AL AJILLO TILAPIA A LA VIZCAINA CON PIMIENTOS Y SAMFAINA FRUTA DE TEMPORADA	FIDEUA DE VERDURAS ARROZ CON VERDURAS PESCADO DEL DÍA TERNERA EN SALSA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	COLIFLOR AL AJO ARRIERO CREMA DE LEGUMBRES HUEVOS FRITOS CON CHORIZO SALCHICHAS AL VINO Y PATATAS FRITAS MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES	POTE DE BERZAS MACARRONES CARBONARA BOCADITOS DE SALMÓN EN SALSA CABECERO DE LOMO ASADO CON CHAMPIÑONES YOGURES FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS MARINERA JUDIAS BLANCAS ESTOFADAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON QUESO FOGONERO A LA PLANCHA Y CEBOLLA CARAMELIZADA YOGURES	SOPA DE MARISCO ESPINCAS CON HUEVO CARRILLADA DE CERDO MERLUZA A LA VASCA CON PATATA PANADERA POSTRE CASERO FRUTA DE TEMPORADA
Cena	CREMA DE BERENJENA JUDIAS VERDES CON PATATAS MERLUZA A LA CAZUELA TORTILLA DE JAMON CON GUISANTES Y ZANAHORIA YOGURES	SOPA HORTELANA CREMA DE ESPINACAS Y ZANAHORIAS TORTILLA DE QUESO FILETE DE POLLO A LA CERVEZA CON PATATA DADO FLAN DE VAINILLA	CREMA DE ACELGAS MENESTRA DE VERDURA REHOGADA CINTA DE SAJONIA MERLUZA EN SALSA VERDE CON CALABACÍN FRITO YOGURES	SOPA DE ESTRELLAS GUISANTES CON JAMON CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA ABADJO ENCEBOLLADO CON CEBOLLITA Y TOMATE AL HORNO POSTRE LÁCTEO	SOPA DE AJO CREMA DE CEBOLLA SANDWICH TORTILLA DE JAMON CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL SOPA MINISTRONE CROQUETAS Y EMPANADILLAS REDONDO DE PAVO CON CIRUELAS CON MANZANA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	MENESTRA CON PATATAS CREMA DE CALABACIN NATURAL ABADJO EN SALSA VERDE EMPANADILLAS DE ATUN CON ZANAHORIA AL HORNO YOGURES
Energía (Kcal.)	2.508 Kcal	2.844 Kcal	2.999 Kcal	2.715 Kcal	2.655 Kcal	2.515 Kcal	2.583 Kcal
Proteínas (g.)	P: 93	P: 104	P: 107	P: 95	P: 91	P: 96	P: 119
H.Carbono(g.)	HC: 303	HC: 339	HC: 329	HC: 313	HC: 343	HC: 335	HC: 330
Lípidos (g.)	L: 86	L: 112	L: 111	L: 118	L: 99	L: 75	L: 103

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
Dietista Nutricionista
Servicio de Nutrición y Dietética



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser con sumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

Del 22/06/2020 al 28/06/2020

Otoño – Invierno 19/20

S2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ARROZ CON BACALAO Y COLIFLOR BERZA CON PATATA MAGRO EN SALSA DE MANZANA FILETE DE SARDINA AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS CON VERDURAS MACARRONES CON PISTO JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO TORTILLA DE ESPINACA CON COLIFLOR CON AJADA MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	PATATAS REVOLCONAS ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA ABADEJO AL HORNO ROTTI DE PAVO EN SALSA CON VERDURA REHOGADA FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS ARROZ HORTELANA PESCADO DEL DÍA LOMO DE CERDO EMPANADO CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	BRÓCOLI Y COLIFLOR REHOGADO PASTEL DE VERDURAS ESCALOPINES EN SALSA CANELONES DE CARNE CON PATATA PANADERA FRUTA DE TEMPORADA	CODITOS CON TOMATE GRATINADOS PATATAS ESTOFADAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA SUPREMA DE BACALAO CON TOMATE FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CASERAS FIDEUA LACÓN A LA GALLEGA RODAJA DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS FRUTA DE TEMPORADA POSTRE LÁCTEO
Cena	CREMA DE ESPÁRRAGOS NATURAL SOPA DE AVE TORTILLA DE CHAMPIÑONES EMPANADILLAS DE ATUN CON PISTO YOGURES	SOPA DE FIDEOS CREMA DE CHAMPIÑON NATURAL PASTEL DE ATÚN TERNERA EN SALSA CON PATATA HERVIDA YOGURES	JUDÍAS VERDES REHOGADAS SOPA DE PICADILLO HUEVOS RELLENOS CON BECHAMEL HALIBUT AL HORNO Y PASTA SALTEADA YOGURES	CREMA DE PUERRO NATURAL MENESTRA CON PATATAS FILETE DE POLLO A LA CERVEZA PESCADILLA A LA PLANCHA CON ALCACHOFAS FLAN DE VAINILLA	SOPA DE LLUVIA CREMA DE ZANAHORIA NATURAL TORTILLA DE PATATAS SANDWICH MIXTO CON ESPÁRRAGOS YOGURES	CREMA DE CALABAZA NATURAL SOPA HORTELANA CAELLA EN ADOBO PECHUGA DE POLLO EN SALSA DE QUESO CON ZANAHORIA AL HORNO NATILLAS DE CHOCOLATE	SOPA DE POLLO CREMA DE PATATA NATURAL CROQUETAS DE JAMÓN TORTILLA DE PIMIENTO VERDE CON PECHUGA Y PEPINO YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.661 Kcal P: 98 HC: 325 L: 100	2.467 Kcal P: 102 HC: 298 L: 84	2.569 Kcal P: 111 HC: 339 L: 77	3.021 Kcal P: 109 HC: 342 L: 107	2.376 Kcal P: 88 HC: 323 L: 77	2.534 Kcal P: 102 HC: 315 L: 88	2.638 Kcal P: 85 HC: 338 L: 111

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

Nota:

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
Dietista Nutricionista
Servicio de Nutrición y Dietética



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser con sumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.

Del 29/06/2020 al 30/06/2020

Otoño – Invierno 19/20

S3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	PATATAS A LO POBRE CON HUEVO Y PIMIENTO CREMA DE BROCOLI CON COLIFLOR Y QUESO ABADEJO EN SALSA MARINERA MAGRO DE CERDO EN SU JUGO CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES MARGARITA ARROZ CON QUESO ROTTI DE PAVO MERLUZA AL HORNO CON PIMIENTO ROJO FRUTA DE TEMPORADA					
Cena	SOPA DE ESTRELLAS CREMA FEINA HUEVOS AURORA PASTEL DE ATUN CON TOMATE AL HORNO NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) SOPA CASTELLANA EMPANADILLAS DE ATÚN TORTILLA ESPAÑOLA CON ZANAHORIA AL HORNO YOGURES					
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.345 Kcal P: 98 HC: 309 L: 74	2.462 Kcal P: 84 HC: 339 L: 82					

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
Dietista-Nutricionista
Servicio de Nutrición y Dietética



Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el R.D. 1420/2006.