



01/11/2020

Otoño/Invierno 20-21

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida							SOPA DE COCIDO PARRILLADA DE VERDURAS COCIDO COMPLETO ESTOFADO DE RAGOUT PAVO CON PURÉ DE PATATA TARTA DE MANZANA AZCARAY
							MACEDONIA DE FRUTAS EN ALMIBAR CREMA DE ZANAHORIA NATURAL PASTEL DE VERDURAS
Cena							PAPILLOTE DE MERLUZA Y SALMÓN CROQUETAS DE POLLO CON GUISANTES SALTEADOS FRUTA DE TEMPORADA
Energía (Kcal,) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)						L	2.742 Kcal P: 104 HC: 342 L: 101

NUEST ROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO EINTEGRAL

Nota:

FIRMA CENTRO: FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DECO BIANCO
Oscillo de Mutrición 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 02/11/2020 al 08/11/2020

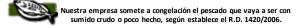
Otoño/Invierno 20-21

S 4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	JUDÍAS VERDES REHOGADAS CREMA DE LEGUMBRE ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS VENTRESCAS DE MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA	GUISADO CON	LENTEJAS ESTOFADAS PASTA CON ESPINACAS PESCADO FRESCO DEL DÍA RAGOUT DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	COLIFLOR AL AJO ARRIERO TRICOLOR DE VERDURAS (judía verde, zanahoria, coliflor) AGUJA DE CERDO ASADA EN SU JUGO VENTRESCAS DE MERLUZA AL HORNO CON CHAMPIÑONES MACEDONIA DE FRUTAS	SARDINA CON PIPERRADA ZANCARRÓN CON TOMATE Y VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS ESTOFADAS CON CHORIZO MACARRONES CON ATÚN Y TOMATE COSTILLA DE CERDO ASADA CON VERDURAS TIRITAS DE MERLUZA AL LIMÓN FRUTA EN ALMIBAR	PATATAS GUISADAS CON VERDURA FIDEUA DE VERDURAS SUPREMA DE BACALAO CON TOMATE CINTA DE SAJONIA A LA PLANCHA CON PIMIENTOS MORRONES POSTRE CASERO FRUTA DE TEMPORADA
Cena	SOPA DE FIDEOS CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, za nahoria, patata, judía verde, guisante) TILAPIA A LA NARANJA HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA CON PATATA ASADA NATILLAS DE VAINILLA	SOPA MARAVILLA PASTEL DE VERDURAS CON JAMÓN Y QUESO GRATINADO CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON SAMFAINA YOGURES	ABADEJO EN SALSA MARINERA CON CALABACIN Y TOMATE AL HORNO POSTRE LACTEO	CREMA DE ACELGAS SOPA DE AVE Y FIDEOS TORTILLA DE QUESO JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON LECHUGA Y MAIZ YOGURES	FILETE DE MERLUZA A LA GALLEGA CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE CALABAZA NATURAL SOPA DE FIDEOS TORTILLA DE CALABACÍN SAN JACOBO CON TOMATE, MAIZ Y ZANAHORIA NATILLAS CASERAS DE CHOCOLATE	SOPA DE ZANAHORIA CREMA DE CEBOLLA EMPANADA HOJALDRADA DE JAMON Y QUESO JAMONCITOS DE POLLO ASADOS CON PISTO YOGURES
Energía (Kcal,) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.092 Kcal P: 91 HC: 266 L: 67	2.406 Kcal P: 116 HC: 263 L: 93	2.276 Kcal P: 108 HC: 260 L: 82	2.056 Kcal P: 102 HC: 216 L: 82	2.310 Kcal P: 119 HC: 259 L: 82	2.708 Kcal P: 109 HC: 305 L: 110	2.510 Kcal P: 99 HC: 299 L: 95

NUEST ROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO EINTEGRAL

Nota:









Del 09/11/2020 al 15/11/2020

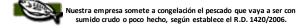
Otoño/Invierno 20-21

S 5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	MENESTRA DE VERDURAS CON PATATAS PASTEL DE VERDURAS	ESPIRALES GRATINADAS ARROZ CON VERDURAS	PAELLA MIXTA MACARRONES CON CHORIZO	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS VYCHYSSOISE	COLIFLOR REHOGADA ARROZ CON VERDURAS	FABADA CREMA BILBAINA	PATATAS CON BACALAO PENCAS CON PATATA
Comida	REBOZADITOS DE ATÚN ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON SALSA DE TOMATE CON ENSALADA (LECHUGA	VERDURITAS SALTEADAS	MAGRO CON TOMATE TIRITAS DE MERLUZA AL LIMON CON REPOLLO	PESCADO FRESCO DEL DÍA MAGRO DE CERDO AL AJILLO CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)	CALLOS CON TOMATE Y PATATAS FRITAS	MEDALLON DE BACALAO EN SALSA MARINERA JAMONCILLOS DE POLLO AL AJILLO CON GUISANTES SALTEADOS	
	Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	PERA EN ALMIBAR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA TARTA DE QUESO
	SOPA CASTELLANA	JUDÍAS VERDES	CREMA DE VERDURAS	SOPA DE APASTA	CREMA DE GUISANTES	SOPA DE VERDUAS	CREMA DE ESPINACAS
		REHOGADAS SOPA DE AVE CON	NATURAL (ce bolla, puerro, za nahoria, patata, judía	TIMBAL DE VERDURA GRATINADO	NATURAL SOPA DE AJO	CREMA DE CEBOLLA	NATURAL SOPA DE LLUVIA
	TORTILLA CASERA DE PATATA Y PIMIENTOS	TAPIOCA	verde, guisante) SOPA DE PESCADO	TIRAS DE POLLO CON	CINTA DE LOMO A LA	MAGRO DE CERDO EN SU JUGO	HAMBURGUESA DE
Cena	FILETES DE SARDINA AL HORNO	ABADEJO A LA GALLEGA JAMÓN DE YORK AL	CROQUETAS DE POLLO	VERDURAS ABADEJO CON TOMATE	PLANCHA SANDWICH VEGETAL CON	PAPILLOTE DE MERLUZA Y SALMON CON PATATA AL	TERNERA A LA PLANCHA PALITOS DE MERLUZA CON
	YOGURES	HORNO CON PATATA AL AJILLO	TORTILLA PAISANA CON TOMATE Y ORÉGANO	CON VERDURITAS SALTEADAS	ZANAHORIA RALLADA	VAPOR	CEBOLLA CARAMELIZADA
		NATILLAS DE VAINILLA	YOGURES	POSTRE LACTEO	YOGURES	FLAN	YOGURES
Energía (Kcal,) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.080 Kcal P: 99 HC: 219 L: 84	2.156 Kcal P: 98 HC: 288 L: 61	2.188 Kcal P: 102 HC: 282 L: 65	2.189 Kcal P: 104 HC: 265 L: 72	2.228 Kcal P: 89 HC: 265 L: 82	2.238 Kcal P: 114 HC: 265 L: 73	2.432 Kcal P: 96 HC: 281 L: 97

NUEST ROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO EINTEGRAL

Nota:









Del 16/11/2020 al 22/11/2020

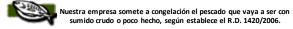
Otoño/Invierno 20-21

S 1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida		LENTEJAS CON VERDURAS PATATAS GUISADAS CON VERDURAS MAGRO DE CERDO AL AJILLO TILAPIA A LA VIZCAINA CON SAMFAINA FRUTA DE TEMPORADA	FIDEUA DE VERDURAS ARROZ CON VERDURAS PESCADO FRESCO DEL DÍA RAGOUT DE TERNERA GOBERNADA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	COLIFLOR REHOGADA CON PIMENTON CREMA DE LEGUMBRE HUEVOS FRITOS CON CHORIZO SALCHICHAS AL VINO CON PATATAS FRITAS MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES	POTE DE BERZAS MACARRONES CARBONARA REBOZADITOS DE SALMÓN EN SALSA DE VINO BLANCO CABECERO DE LOMO ASADO CON CHAMPIÑONES YOGURES	PATATAS A LA MARINERA JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS HAMBURGUESA DE TERNERA CON QUESO FOGONERO A LA PLANCHA CON CEBOLLA CARAMELIZADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE PESCADO JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN DULCE CARRILLADA DE CERDO ESTOFADA CON SALSA ESPAÑOLA FILETE DE MERLUZA A LA VASCA CON PATATA PANADERA ARROZ CON LECHE FRUTA DE TEMPORADA
Cena	JUDIAS VERDES CON PATATAS FILETE DE MERLUZA A LA	SOPA HORTELANA CREMA BICOLOR DECORADA CON NATA TORTILLA DE QUESO FILETE DE POLLO A LA CERVEZA Y PATATA DADO FLAN	CREMA DE ACELGAS MENESTRA DE VERDURA REHOGADA CINTA DE SAJONIA A LA PLANCHA FILETE DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON CALABACÍN REBOZADO YOGURES	SOPA DE ESTRELLAS GUISANTES CON JAMÓN FILETE DE CONTRAMUSLO A LA PLANCHA CON HIERBAS FILETE DE ABADEJO ENCEBOLLADO CON CEBOLLA ASADA Y TOMATE AL HORNO POSTRE LACTEO	SOPA DE AJO CREMA DE CEBOLLA SANDWICH MIXTO TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL SOPA MINESTRONE CROQUETAS DE JAMÓN REDONDO DE PAVO CON CIRUELAS CON LECHUGA, ZANAHORIA Y SOJA NATILLAS CASERAS DE CHOCOLATE	MENESTRA DE VERDURAS CON PATATAS CREMA DE CALABACÍN NATURAL ABADEJO CON SALSA DE LIMÓN EMPANADILLAS DE ATÚN CON ZANAHORIA AL HORNO YOGURES
Energía (Kcal,) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.141 Kcal P: 104 HC: 253 L: 72	2.206 Kcal P: 101 HC: 265 L: 76	2.394 Kcal P: 108 HC: 273 L: 90	2.285 Kcal P: 102 HC: 249 L: 90	2.489 Kcal P: 113 HC: 264 L: 103	2.102 Kcal P: 90 HC: 271 L: 65	2.489 Kcal P: 97 HC: 313 L: 88

NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO EINTEGRAL

Nota:









Del 23/11/2020 al 29/11/2020

Otoño/Invierno 20-21

S 2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	BERZA CON PATATA	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS MACARRONES CON PISTO	PATATAS REVOLCONAS ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS	JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS ARROZ HORTELANA	BROCOLI Y COLIFLOR REHOGADO PASTEL DE VERDURA CON SALSA ROSA	CODITOS CON TOMATE GRATINADOS PATATAS ESTOFADAS CON VERDURAS	LENTEJAS CASERAS FIDEUA DE PESCADO LACÓN CON CACHELOS
	MAGRO CON TOMATE FILETES DE SARDINAS AL HORNO CON CALABACÍN AL HORNO	JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO TORTILLA DE ESPINACAS CON COLIFLOR CON AJADA	ROTTI DE PAVO EN SALSA CON VERDURITAS SALTEADAS	PESCADO FRESCO DEL DÍA LOMO DE CERDO EMPANADO CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)	ESCALOPINES DE CERDO A LA PIMIENTA CANELONES DE CARNE CON PATATA PANADERA	ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON JARDINERA DE VERDURAS SUPREMA DE BACALAO	RODAJA DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON GUISANTES SALTEADOS FRUTA DE TEMPORADA
	FRUTA DE TEMPORADA	MELOCOTÓN EN ALMIBAR	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	FRUTA DE TEMPORADA	CON TOMATE Y CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA	POSTRE LACTEO
	CREMA DE ESPÁRRAGOS NATURAL SOPA DE AVE Y FIDEO	SOPA DE FIDEOS CREMA DE CHAMPIÑON PASTEL DE ATUN	JUDIAS VERDES CON PATATAS SOPA DE PICADILLO	CREMA DE PUERRO NATURAL MENESTRA DE VERDURAS CON PATATAS	SOPA DE LLUVIA CREMA DE ZANAHORIA NATURAL	CREMA DE CALABAZA NATURAL SOPA HORTELANA	SOPA DE POLLO CREMA DE PATATA NATURAL
Cena		RAGOUT DE TERNERA EN SALSA ESPAÑOLA CON PATATA HERVIDA YOGURES	HUEVOS RELLENOS DE CHAMPIÑÓN CON BECHAMEL HALIBUT EN SALSA CON CHAMPIÑONES	FILETE DE POLLO A LA CERVEZA FILETE DE MERLUZA A LA PLANCHA CON	TORTILLA DE PATATAS SANDWICH MIXTO CON ESPARRAGO BLANCO TALLO	CAELLA ENCEBOLLADA FILETE DE CONTRAMUSLO EN SALSA DE QUESO CON PISTO	CROQUETAS DE JAMÓN TORTILLA FRANCESA DE PIMIENTO VERDE CON LECHUGA Y PEPINO
	YOGURES		YOGURES	ALCACHOFAS REHOGADAS		NATILLAS CASERAS DE CHOCOLATE	YOGURES
Energía (Kcal,) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.048 Kcal P: 96 HC: 256 L: 65	2.385 Kcal P: 105 HC: 269 L: 90	2.016 Kcal P: 94 HC: 238 L: 69	2.145 Kcal P: 103 HC: 260 L: 69	2.281 Kcal P: 98 HC: 268 L: 85	2.277Kcal P: 114 HC: 266 L: 77	2.460 Kcal P: 100 HC: 311 L: 85

NUEST ROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO EINTEGRAL

Nota:









30/11/2020

Otoño/Invierno 20-21

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	PATATAS EN SALSA VERDE CREMA DE BRÓCOLI CON COLIFOR Y QUESO ABADEJO EN SALSA MARINERA MAGRO DE CERDO EN SU JUGO CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA						
Cena	CREMA REINA DE AVE SOPA DE ESTRELLAS HUEVOS AURORA PASTEL DE ATÚN CON TOMATE AL HORNO NATILLAS DE VAINILLA						
Energia (Kcal,) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2:122 kcal P:96 HC:250 L: 69						
Nota:	NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL						



