

Semana del 01/12 al 07/12

MENÚ OTOÑO - INVIERNO 25 - 26 - SEMANA 1

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|--------|--|--|---|--|--|---|--|
| COMIDA | ALUBIAS PINTAS CON ARROZ o ESPIRALES A LA MARINERA CONTRAMUSLO DE POLLO AL LIMÓN CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO o MERLUZA CON GAMBAS CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO YOGUR | MUSAKA o COLES DE BRUSELAS CON JAMÓN BACALAO AL AJOARRIERO CON ARROZ SALTEADO o RAVIOLIS DE CARNE CON SALSA DE SETAS FRUTA | POTAJE DE GARBAZOS o PAELLA DE CARNE CON ALCACHOFA HUEVOS FRITOS CON PISTO o PAVO AL HORNO CON CIRUELAS CON MENESTRA REHOGADA YOGUR | PATATAS CON CALAMARES o ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS LOMO DE CERDO A LA MIEL Y MOSTAZA CON CALABACÍN GRATINADO o ATÚN CON SALSA DE VERDURAS CON CALABACÍN GRATINADO LÁCTEO | ARROZ CON COSTILLA o VERDURAS GRATINADAS CON PATATAS PESCADO DEL DÍA AL HORNO CON SALTEADO MEDITERRÁNEO o SALCHICHAS EN SALSA CON SALTEADO MEDITERRÁNEO YOGUR | LENTEJAS CON CALABAZA o MACARRONES A LA NAPOLITANA PAVO GUIADO CON BERENJENA AL HORNO o ABADEJO REBOZADO CON BERENJENA AL HORNO PERAS AL VINO | CÓCTEL DE MARISCO o PASTEL DE CALABACÍN CALLOS A LA MADRILEÑA o CALAMARES GUISADOS CON PATATAS DADO LÁCTEO |
| | JUDIAS VERDES A LA PORTUGUESA o CREMA DE CHIRIVIA Y PUERRO CON BACON TORTILLA DE PATATA Y CALABACÍN CON ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y ACEITUNAS o CABEZA DE LOMO A LA PLANCHA CON PATATAS GAGO AL ROMERO FRUTA | SOPA DE PASTA o ESPINACAS A LA CREMA HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON CHAMPIÑONES REHOGADOS o SALMÓN AL HORNO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS YOGUR | BRÓCOLI CON PATATAS o CREMA DE ZANAHORIA MERLUZA A LA DONOSTIARRA CON TOMATE AL HORNO CON QUESO o EMPAÑADILLAS AL HORNO CON TOMATE AL HORNO CON QUESO FRUTA | CREMA DE VERDURAS o TRICOLOR DE VERDURAS AL VAPOR SANDWICH MIXTO CON PATATAS CHIPS o TORTILLA FRANCESAS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS FRUTA EN SU JUGO | GUISETES CON GAMBAS AL AJILLO o SOPA DE PESCADORES CROQUETAS DE COCIDO CON ENSALADADE LECHUGA, PEPINO Y ZANAHORIA o LUBINA AL HORNO CON PATATAS AL HORNO FRUTA | SOPA CASTELLANA o ACELGAS CON PATATA REVUELTO DE ESPÁRRAGOS TRIGUEROS CON TOSTADA o BACALAO AL PIL PIL CON CHAMPIÑONES AL AJILLO YOGUR | CREMA PARMENTIER o ALCACHOFAS CON PATATAS BOQUERONES FRITOS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ o MUSLO DE POLLO A LAS FINAS HIERBAS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA Y MAIZ FRUTA |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| CENA | | | | | | | |

Semana del 08/12 al 14/12

MENÚ OTOÑO - INVIERNO 25 - 26 - SEMANA 2

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|--------|---|--|---|--|---|--|---|
| COMIDA | ALUBIAS BLANCAS CON ESPINACAS o PATATAS CON PESCADO ALBÓNDIGAS A LA JARDINERA o BACALAO AL HORNO CON ARROZ PILAF YOGUR | COLIFLOR CON BECHEL o CREMA DE AVE REINA SALMÓN EN PAPELLOTE CON PATATAS AL HORNO o HAMBURGUESA A LA PLANCHITA CON PATATAS AL HORNO FRUTA | COCIDO MADRILEÑO o REPOLLO CON PATATA SEGUNDO DEL COCIDO MADRILEÑO o PALOMETA EN PIPERRADA LÁCTEO | ENSALADILLA RUSA o LASAÑA DE VERDURAS PESCADO DEL DÍA HORNO CON TOMATE AL HORNO o ESTOFADO DE PAVO EN SALSA CON TOMATE AL HORNO YOGUR | LENTEJAS CON VERDURAS o HABITAS ESTOFADAS HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS o GALLINETA EN SALSA AMERICANA CON PATATAS VAPOR MANZANA AL HORNO | ARROZ CALDOSO DE PESCADO o ALUBIAS PINTAS CON ZANAHORIA JAMONCITOS DE POLLO AL AJILLO CON PIMIENTO MORRON o CABALLA ESCABECHADA CON PIMENTO MORRON YOGUR | CREMA DE MARISCO o PUERROS GRATINADOS MIGAS o DORADA AL HORNO CON PATATAS PANADERA AL HORNO FRUTA |
| CENA | PISTO CON PATATAS o CREMA DE CHAMPIÑONES TORTILLA DE JAMÓN CON ENSALADA (TOMATE, ZANAHORIA Y ACEITUNAS) o PAVO AL HORNO CON ZANAHORIA REHOGADA FRUTA | SOPA DE PESCADO o BONIATO GRATINADO POLLO AL CHILINDRÓN o FOGONERO CON AJO Y PEREJIL CON PIMIENTOS AL HORNO YOGUR | MENESTRA REHOGADA o SOPA PRIMAVERA TORTILLA DE PATATAS CON ENSALADA (LECHUGAS Y ESPARRAGOS) o ATUN ENCEBOLLADO CON PURE DE PATATAS FRUTA EN SU JUGO | CREMA DE PUERROS o ESPINACAS CON PATATAS Y JAMÓN CROQUETA DE POLLO CON CALABACÍN GRATINADO o MERLUZA A LA VELOUTÉ CON CALABACÍN GRATINADO FRUTA | JUDIAS VERDES CON PATATAS o SOPA DE FIDEOS BACALAO AL VAPOR CON BERENJENA REBOZADA o EMBUTIDO CON QUESO CON ENSALADA DE TOMATE YOGUR | CREMA DE GUISETAS o BROCOLI CON PATATAS Y JAMÓN QUICHE DE JAMON Y QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO) o TORTILLA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y PEPINO) FRUTA | PANACHÉ DE VERDURAS o SOPA DE PICADILLO MERLUZA CON TOMATE CON PATATAS HERVIDA o PAVO EN SALSA CON PATATAS HERVIDA LÁCTEO |

Semana del 15/12 al 21/12

MENÚ OTOÑO - INVIERNO 25 - 26 - SEMANA 3

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|--------|--|--|--|--|--|--|--|
| COMIDA | GARBANZOS CON CALLOS o ARROZ CON VERDURAS MEDITERRÁNEAS HUEVOS DUROS CON BECHAMEL o FOGONERO AL LIMÓN Y TOMILLO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS) YOGUR | MACARRONES CON VERDURAS o PATATAS EN SALSA VERDE BACALAO GRATINADO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS o PAVO ESTROGONOFF CON CHAMPIÑONES REHOGADOS LÁCTEO | ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS o CANELONES DE ATÚN ESTOFADO DE AVE o CALAMARES A LA MARINERA CON PATATAS DADO AL HORNO PERAS AL VINO | REPOLLO AL AJOARRIERO o CALABACÍN SALTEADO CON GAMBAS PAELLA VALENCIANA o PATATAS CON PESCADO YOGUR | ENSALADA MURCIANA o ALCACHOFAS CON JAMÓN BACALAO REBOZADO CON PATATAS AL HORNO o PASTEL DE CARNE FRUTA | LENTEJAS CON ARROZ o CODITOS CON SALSA CARUSO MUSLO DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO o HUEVOS AL PLATO CON PIMIENTOS VERDES AL HORNO YOGUR | MEJILLONES A LA MARINERA o MILHOJAS DE VERDURAS SOLOMILLO DE CERDO EN SALSA CAFÉ PARÍS CON PATATAS DADO AL HORNO o PALOMETA EN SALSA CON PATATAS DADO AL HORNO FRUTA |
| | CREMA DE CALABAZA o ACELGAS A LA CREMA SALCHICHAS AL HORNO CON PURÉ DE PATATA o GALLINETA EN SALSA CON PATATA HERVIDA FRUTA EN SU JUGO | VERDURAS ASADAS o CREMA DE ESPÁRRAGOS CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA) o TORTILLA DE PATATAS Y PIMIENTOS CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ZANAHORIA) FRUTA | SOPA DE AJO A AL MADRILEÑA o VERDURAS SALTEADAS CON PATATAS AL CURRY MERLUZA EN SALSA VERDE CON ESPÁRRAGOS BLANCOS o HAMBURGUESA COMPLETA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y CEBOLLA) YOGUR | CREMA DE GUISANTES o ESPINACAS CON PATATAS REVUELTO DE VERDURAS CON TOSTADA o BOQUERONES AL HORNO CON TOMATE GRATINADO FRUTA | JUDIAS VERDES CON JAMÓN SERRANO o SOPA BULLABESA HOJALDRE DE JAMÓN Y QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y PEPINO) o PAVO EN SALSA DE MANZANA CON PATATA PANADERA AL HORNO YOGUR | CREMA DE COLIFLOR CON QUESO o SALTEADO CAMPESTRE CON PATATAS CABALLA AL HORNO CON SETAS Y ZANAHORIA o PIZZA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA Y CEBOLLA) FRUTA | SOPA DE PASTA o BROCOLI CON PATATA TORTILLA DE ESPINACAS CON ENSALADA (TOMATE, MAÍZ Y ACEITUNAS) o MERLUZA EN SALSA AMERICANA CON MENESTRA REHOGADA LÁCTEO |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Semana del 22/12 al 28/12

MENÚ OTOÑO - INVIERNO 25 - 26 - SEMANA 4

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|--------|---|---|---|---|---|--|---|
| COMIDA | ALUBIAS BLANCAS CON VERDURAS Y JAMÓN o LACITOS CON SALSA DE QUESO CALAMARES ENCEBOLLADOS CON ARROZ PILAF CON ORÉGANO o ALBÓNDIGAS CON TOMATE CON ARROZ PILAF CON ORÉGANO YOGUR | ENSALADA COMPLETA o GRATEN DE BERENJENAS HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS o FIDEOS A LA MARINERA FRUTA | ARROZ CINCO DELICIAS o CREMA DE LEGUMBRES MAGRO DE CERDO CON TOMATE CON SALTEADO DE VERDURAS o CORDON BLUE CON SALTEADO DE VERDURAS YOGUR | GARBAZOS CON ACELGAS o PATATAS CON COSTILLA POLLO EN PEPITORIA CON VERDURAS REHOGADAS o FOGONERO AL HORNO CON VERDURAS REHOGADAS MANZANA AL HORNO | LASAÑA BOLOÑESA o ALUBIAS PINTAS CON VERDURAS PESCADO DEL DÍA AZUL AL HORNO CON SALTEADO CAMPESTRE o PAVO A LA CERVEZA CON SALTEADO CAMPESTRE LÁCTEO | LENTEJAS CON ZANAHORIA o ARROZ A LA MILANESA SALCHICHAS AL VINO TINTO CON PATATAS GAJO o BACALAO CON PISTO YOGUR | PIMIENTOS DE PIQUILLO RELLENOS DE BACALO o ENSALADA CÉSAR ESTOFADO DE TERNERA CON CHAMPIÑONES CON PATATA AL VAPOR o GALLINETA AL CAVA CON PATATAS AL VAPOR LÁCTEO |
| CENA | TRICOLOR DE VERDURA (SIN PATATA) o CREMA DE COL LOMBarda CON MANZANA PAVO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS o ABADEJO EMPANADO CON PATATAS AL HORNO A LAS FINAS HIERBAS FRUTA | SOPA MINESTRONE o ENSALADA DE TOMATE Y QUESO FRESCO BACALAO A LA GALLEGa o CONTRAMUSLO DE POLLO CON PUERROS Y PATATAS YOGUR | CREMA DE GUISANTES o MENESTRA CON PATATAS EMBUTIDO CON QUESO CON ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA, PASAS Y NUECES o HOJALDRE DE SALMÓN CON ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA, PASAS Y NUECES FRUTA | JUDIAS VERDES CON TOMATE o SOPA DE ESTRELLAS REVUELTO DE JAMÓN SERRANO CON TOSTADA o LUBINA CON CAMA DE PATATAS Y PIMIENTOS YOGUR | CREMA DE ESPÁRRAGOS o ESPINACAS CON GAMBAS CALAMARES FRITOS CON ENSALADA DE LECHUGA, CEBOLLA, PEPINO Y MAIZ o ESTOFADO DE CERDO CON CHAMPIÑONES Y PATATAS FRUTA | BRÓCOLI CON PATATAS AL AJILLO o SOPA CASTELLA TORTILLA DE ATÚN Y PIMIENTOS CON TOMATE A LA PROVENZAL o SANDWICH CROQUE MONSIEUR CON PATATAS CHIPS FRUTA EN SU JUGO | CREMA DE CALABACIN o ACELGAS CON PATATAS MERLUZA AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA o CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON CALABAZA REHOGADA FRUTA |

Semana del 29/12 al 04/01

MENÚ OTOÑO - INVIERNO 25 - 26 - SEMANA 5

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---------------|---|---|---|--|--|--|---|
| COMIDA | COCIDO MADRILEÑO o ESPIRALES A LA TOSCANA SEGUNDO DE COCIDO MADRILEÑO o SALMÓN AL PAPILLOTE CON ARROZ SALTEADO YOGUR | PATATAS REVOLCONAS o ARROZ CON TOMATE CAZÓN AL ESTILO ORIO CON PIMIENTOS VERDES REHOGADOS o HUEVOS RELLENOS CON SALSA AURORA YOGUR | LENTEJAS DE LA ABUELA o PORRUSALDA PASTEL DE VERDURAS o POLLO AGRIDULCE CON BERENJENA AL HORNO FRUTA | FIDEOS A LA CAZUELA o ALUBIAS PINTAS ESTOFADAS ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE SETAS CON PATATAS DADO o GALLINETA CON SALSA MEUNIER CON PATATAS DADO LÁCTEO | ALUBIAS BLANCAS CON CARNE o MACARRONES CARBONARA PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA MIXTA o TORTILLA DE VERDURITAS ASADAS CON ENSALADA MIXTA YOGUR | COLIFLOR CON JAMÓN o SALPICON PAELLA MIXTA o BACALAO CON TOMATE CON PATATAS AL VAPOR FRUTA | ENSALADA GRIEGA o CALABACIN A LA PLANCHA CON QUESO CARRILLERAS DE CERDO ESTOFADAS CON PATATAS o CALDERETA DE PESCADO PERAS AL VINO |
| CENA | VERDURAS AL HORNO CON MIEL Y TOMILLO o CREMA DE ZANAHORIA Y MANZANA REVUELTO DE GAMBAS CON TOSTADA o HAMBURGUESA CON QUESO CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y MAÍZ) FRUTA | SOPA JULIANA o SALTEADO MEDITERRANEO PIZZA DE ATÚN CON ENSALADA (LECHUGA, CEBOLLA Y ACEITUNAS) o BACALAO CON AJO Y PEREJIL CON PATATAS PANADERA AL HORNO FRUTA EN SU JUGO | HERVIDO VALENCIANO o CREMA DE CHAMPIÑONES CON PICATOSTES FOGONERO A LA VASCA o FLAMENQUIN CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y MAÍZ) YOGUR | CREMA DE CALABAZA AL CURRY o ESPINACAS A LA GALLEGAA FRITOS VARIADOS CON ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA o CABALLA EN ACEITE CON TOMATE Y CEBOLLA FRUTA | MENESTRA CON AJO Y PIMENTÓN o SOPA MARAVILLA CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON PATATAS AL HORNO o MERLUZA CON PICADA CON PATATAS AL HORNO FRUTA | CREMA DE GUISANTES o SALTEADO CAMPESTRE CON PATATAS TORTILLA DE QUESO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS o FILETE DE SARDINA AL HORNO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS YOGUR | SOPA DE CEBOLLA CON QUESO o BRÓCOLI CON PATATAS AL AJILLO MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA (LECHUGA, TOMATE Y ZANAHORIA) o PAVO A LAS FINAS HIERBAS CON BERENJENAS Y PIMIENTOS REHOGADOS LÁCTEO |