

S 1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ENSALADA DE PASTA TORTILLA DE BERENJENAS CON TOMATE NATURAL YOGURES	GARBANZOS CON ARROZ JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS SALTEADO HELADO	ENSALADA TROPICAL PESCADO FRESCO DEL DIA CON CHAMPIÑONES YOGURES	CREMA DE ESPINACAS NATURAL CABECERO DE LOMO ASADO CON PURÉ DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CASERAS FILETE SARDINA EMPANADA CON LECHUGA Y PEPINO YOGURES	ENSALADA CAMPERA ALBÓNDIGAS DE TERNERA A LA JARDINERA CON CEBOLLA CAMELIZADA HELADO	ARROZ CON TOMATE HUEVOS FRITOS CON CHORIZO GU CALABACIN SALTEADO BISCUIT DE VAINILLA FRUTA DE TEMPORADA
Cena	CREMA DE CALABACÍN NATURAL VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	HERVIDO DE VERDURAS HUEVOS RELLENOS DE ATUN CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	SOPA HORTELANA EMPANADA HOJALDRADA DE JAMON Y QUESO CON LECHUGA Y ZANAHORIA PIÑA EN ALMIBAR	SOPA DE ESTRELLAS MEDALLON DE MERLUZA EN SALSA MARINERA CON TOMATE Y CEBOLLA HELADO	SOPA DE AJO CASTELLANA ROLLITOS DE JAMON RELLENOS DE ENSALADILLA CON TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS VERDES REHOGADAS CINTA DE SAJONIA CON ZANAHORIA SALTEADA MANZANA ASADA	CREMA DE ACELGAS TRASERO DE POLLO AL LIMÓN CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.213 Kcal P: 88 HC: 254 L: 88	2.249 Kcal P: 88 HC: 251 L: 91	2.618 Kcal P: 115 HC: 262 L: 116	2.385 Kcal P: 91 HC: 282 L: 93	2.447 Kcal P: 105 HC: 264 L: 99	2.513 Kcal P: 97 HC: 247 L: 117	3.000 Kcal P: 126 HC: 288 L: 144

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

FIRMA CENTRO:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CGDO. MAD00104

FIRMA DIETISTA:



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

Del 27/07/2020 al 02/08/2020

Primavera / Verano 2020

S 2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	CODITOS CON TOMATE GRATINADOS ABADEJO EN SALSA MARINERA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES	ENSALADILLA RUSA TRASERO DE POLLO GUISADO CON ZANAHORIAS CON ZANAHORIA SALTEADA HELADO	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURA TERNERA EN SALSA CON ENCEBOLLADO YOGURES	ARROZ HORTELANA PESCADO FRESCO DEL DÍA CON PIMIENTO ASADO NATILLAS DE VAINILLA	VICHYSOISE NATURAL CABECERO DE LOMO ASADO CON ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA MEDALLONES DE MERLUZA CON PATATA HERVIDA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO HELADO YOGURES
Cena	TRICOLOR DE VERDURAS (judía verde, zanahoria, coliflor) TORTILLA DE QUESO CON PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE ESPÁRRAGOS NATURAL BOCADITOS DE ATÚN CON ENSALADA FRESCA (LECHUGA, MANZANA, NARANJA) FRUTA DE TEMPORADA	SOPA HORTELANA CINTA DE LOMO EN SALSA DE VINO BLANCO CON LECHUGA Y PIÑA MACEDONIA	CREMA DE JUDÍAS VERDES HAMBURGUESA DE PAVO ENCEBOLLADA CON TOMATE ALIÑADO FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE GUISANTES NATURAL HUEVOS COCIDOS CON BECHAMEL CON LECHUGA EN JULIANA HELADO	SOPA DE LLUVIA EMPANADILLAS DE ATÚN CON TOMATE, MAIZ, PEPINILLO NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE CALABAZA NATURAL TORTILLA DE BERENJENAS CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) MELOCOTÓN EN ALMÍBAR
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.)	2.197 Kcal P: 93 HC: 242 L: 88	2.798 Kcal P: 118 HC: 271 L: 129	2.352 Kcal P: 120 HC: 265 L: 80	2.592 Kcal P: 109 HC: 283 L: 106	2.351 Kcal P: 94 HC: 251 L: 101	2.351 Kcal P: 72 HC: 323 L: 78	2.673 Kcal P: 103 HC: 290 L: 114

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

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CGDO_MAD00104



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

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	PANACHE DE VERDURAS VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO CON PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CON TOMATE Y BACON REDONDO DE CERDO CON VERDURAS CON PIMIENTO ROJO NATILLAS DE CHOCOLATE	LENTEJAS ESTOFADAS PESCADO FRESCO DEL DÍA CON LECHUGA Y OLIVAS YOGURES	CREMA DE CEBOLLA ESCALOPINES DE CERDO EN SALSA CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA	POTE DE BERZAS ALBÓNDIGAS DE TERNERA CON TOMATE CON PATATA DADO FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURA TRASERO DE POLLO ASADO CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FLAN	PAELLA VALENCIANA MAZA ASADA CON CALABACÍN AL HORNO TATIN DE MANZANA FRUTA DE TEMPORADA
Cena	SOPA DE PESCADO HUEVOS RELLENOS DE ATUN CON LECHUGA EN JULIANA HELADO	CREMA DE CHAMPIÑÓN CROQUETAS DE JAMÓN CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABACÍN NATURAL REDONDO DE PAVO ASADO CON ZANAHORIA RALLADA PIÑA EN ALMIBAR	SOPA DE LA ABUELA CONTRAMUSLO DE POLLO A LA PLANCHA CON ENSALADA FRESCA (LECHUGA, MANZANA, NARANJA) HELADO	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL PASTEL DE ATUN CON PATATA AL VAPOR YOGURES	SOPA DE AJO TORTILLA DE PATATAS CON PIMIENTOS MANZANA ASADA	ESPÁRRAGOS CON MAHONESA RODAJA DE MERLUZA EN SALSA DE MARISCO CON PATATA ASADA HELADO
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.)	2.185 Kcal P: 86 HC: 236 L: 92	2.491 Kcal P: 84 HC: 291 L: 103	2.266 Kcal P: 119 HC: 230 L: 89	2.218 Kcal P: 96 HC: 224 L: 99	2.381 Kcal P: 97 HC: 275 L: 91	2.594 Kcal P: 121 HC: 270 L: 106	2.630 Kcal P: 105 HC: 295 L: 107

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

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA- NUTRICIONISTA
CGDO. MAD00104



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

S 4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	LENTEJAS CON VERDURAS HUEVOS CON BECHAMEL CON PURÉ DE MANZANA YOGURES	ESPIRALES CON CHORIZO PASTEL DE SALMÓN CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) HELADO	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO NATILLAS DE VAINILLA	FIDEUA DE PESCADO LOMO A LA PLANCHA CON MAÍZ Y ZANAHORIA HELADO	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS ABADEJO EN SALSA VERDE GU CALABACIN SALTEADO YOGURES	ENSALADA DE TOMATE HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS ARROZ CON LECHE	ENSALADILLA RUSA TERNERA CON TOMATE CON CHAMPIÑONES, ZANAHORIA Y CEBOLLA HELADO PIÑA EN ALMIBAR
Cena	CREMA DE VERDURAS NATURAL (SIN PATATA) EMPANADA DE HOJALDRE RELLENA DE ATÚN CON PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA MINISTRONE TRASERO DE POLLO ASADO CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA PESCADO FRESCO DEL DÍA CON PICADA DE TOMATE Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE AVE TORTILLA DE QUESO CON VERDURA: CALABACÍN, JUDÍAS VERDES Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE FIDEOS ROTTI DE PAVO ASADO CON ENCEBOLLADO FRUTA DE TEMPORADA	SOPA HORTELANA TIRITAS DE MERLUZA AL LIMÓN CON PATATA AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABAZA NATURAL EMPANADA HOJALDRADA DE JAMÓN Y QUESO CON TOMATE NATURAL YOGURES
Energía (Kcal.)	2.344 Kcal	2.747 Kcal	2.790 Kcal	2.405 Kcal	1.993 Kcal	2.607 Kcal	2.882 Kcal
Proteínas (g.)	P: 79	P: 131	P: 136	P: 105	P: 98	P: 95	P: 106
H.Carbono(g.)	HC: 295	HC: 275	HC: 298	HC: 277	HC: 250	HC: 273	HC: 287
	L: 83	L: 115	L: 108	L: 92	L: 57	L: 120	L: 139

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

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA- NUTRICIONISTA
CGDO. MAD00104



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

S 5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	REPOLLO REHOGADO CON PIMENTÓN RODAJA DE MERLUZA EN SALSA VERDE GU CALABACIN SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA CAMPERA ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS (CHAMPIÑÓN, ZANAHORIA Y CEBOLLA) HELADO FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS A LA RIOJANA PESCADO FRESCO DEL DIA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES	ESPIRALES BOLOÑESA TORTILLA DE BERENJENAS CON LECHUGA Y ZANAHORIA HELADO	LENTEJAS CASERAS ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA ESPAÑOLA CON ZANAHORIA AL HORNO FLAN	CREMA DE CHAMPIÑÓN ABADEJO EN SALSA MARINERA CON PATATA PANADERA HELADO	ARROZ CON VERDURAS CONTRAMUSLO DE POLLO AL LIMÓN CON PURÉ DE MANZANA FLAN DE CAFE FRUTA DE TEMPORADA
Cena	CREMA DE GUISANTES NATURAL ABADEJO AL HORNO CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE JUDÍAS VERDES TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA CON LECHUGA Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA HORTELANA CINTA DE LOMO CON PATATA ASADA MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	CREMA DE ESPINACAS NATURAL TIRAS DE POLLO CON VERDURAS MANZANA ASADA	CALABACÍN CON BECHAMEL VENTRESCA DE MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE FIDEOS CROQUETAS DE POLLO CON MENESTRA REHOGADA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL FILETE DE SARDINA A LA PLANCH CON JUDÍAS VERDES YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos(g.)	1.924 Kcal P: 92 HC: 233 L: 62	2.388 Kcal P: 91 HC: 274 L: 94	2.355 Kcal P: 129 HC: 233 L: 92	2.457 Kcal P: 97 HC: 269 L: 105	2.471 Kcal P: 97 HC: 272 L: 102	2.145 Kcal P: 81 HC: 274 L: 73	2.537 Kcal P: 104 HC: 324 L: 85

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

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NÚTRICIONISTA
CGDO-MAB00104



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