



Cuidamos personas en buena compañía

Semana del 1 AL 7 DE AGOSTO DE 2022

1

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	Macarrones boloñesa o Potaje de garbanzos Lacón a la gallega asado (sin patata) con pimientos o Huevos rellenos con pimientos fruta	Judías blancas con verduras o Brocoli con patata Pavo asado con champiñones o Abadejo en salsa verde con patata fruta	Paella o crema de coliflor Redondo de ternera con verduras o merluza a la vasca con verduras fruta	Lentejas con arroz o Pasta con verduras bacalao al horno con pisto o magro asado con pisto fruta	Fideua o Crema de calabaza salmón horno con verduras o bacaladillas al horno con pimiento rojo fruta	Sopa de cocido o Salmorejo Cocido completo o Merluza con salsa de gambas fruta	Ensaladilla rusa o purrusalda Muslo de pollo horno con verduritas o atun con tomate helado
CENA	Crema de champiñón o guisantes s con jamón Croquetas de jamón con ensalada de tomate o Albóndigas a la jardinera yogur	Sopa de fideos o Acelgas con patatas pescado del día con ensalada o San Jacobos con ensalada flan	Judías verdes con salsa de tomate y patata o Sopa de picadillo Tortilla de queso con tomate aliñado o Pollo a la naranja con naranja yogur	Menestra con patata o crema de espárragos Tosta de jamón york y queso con tomate al horno y orégano o Revuelto de york con tostadas natillas	Verdura rehogada o sopa de verdura Empanada gallega con ensalada o Pavo en salsa suave con patata yogur	Espárragos a la vinagreta o Sopa castellana bacaladilla a la romana con patata o Lomo asado con patatas yogur	Espinacas salteadas o Sopa minestrone Tortilla de patata con ensalada o Sándwich de jamón y queso con ensalada melocoton en almibar

Semana del 8 AL 14 DE AGOSTO DE 2022

2

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	Ensalada de pasta o Garbanzos con espinacas lomo al horno con verduras o Huevos a la jardinera fruta	Lentejas con verduras o Ensalada alemana Ternera encebollada o palometa con tomate fruta	Paella o Patatas en salsa verde albóndigas con berenjena salteada o Merluza a la marinera fruta	Gazpacho andaluz o brocoli con bechamel Pollo a la soja con patatas o perca a la gallega con patata helado	Sopa de cocido o Macarrones napolitana Cocido completo o bacaladillas al horno con pimiento rojo fruta	Arroz a la cubana o purrusalda colitas de rape al horno en salsa verde con espárragos o Ternera guisada con zanahoria (sin patata) fruta	Ensaladilla rusa o Salmorejo Estofado de cerdo con verduras o Huevos al plato fruta
CENA	Crema de zanahoria o Arroz tres delicias fogonero al horno con champiñones o Pollo a las finas hierbas con verduras yogur	Alcachofas con patata o Sopa de fideos Pavo horno con manzana o Revuelto de patatas y jamón cuajada	Crema de calabacin o Menestra con patata pescado del día con verduras o Cordon bleu con champiñones yogur	Judías verdes con jamón y patata o Crema de espinacas Tortilla de atún con ensalada o Lomo al horno en salsa con ensalada pera en almibar	Espárragos a la vinagreta o Sopa juliana Croquetas de pollo con patata panadera o Hamburguesa en salsa de champiñones con patatas panaderas yogur	Crema de puerros o borraja con patata Pavo, membrillo y queso o Magro de cerdo al horno con verduras yogur	Sopa de verduras o Acelgas con zanahoria Sardinas en aceite sobre patata y tomate o Pollo en salsa suave con patata arroz con leche

Semana del 15 AL 21 DE AGOSTO 2022

3

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	Gazpacho andaluz o pisto Carrillera de ternera en salsa con patata o salmón al horno con patata fruta	Ensalada campera o Judías blancas con espinacas Rotti de pavo en salsa con pimiento rojo o Huevos rellenos con pimiento rojo fruta	Lentejas estofadas o Paella de verduras Magro de cerdo al horno con champiñones o perca a la andaluza con champiñones fruta	Asadillo de pimientos o Sopa juliana Huevo frito con patatas fritas o Redondo de ternera con patatas fritas fruta	Sopa de cocido o Pipirrana Cocido completo o Pimientos rellenos de pescado con arroz fruta	Ensalada completa o Parrillade de verdura (sin patata) Fideuá de pescado o Magro estofado con patata fruta	Salmorejo o Macarrones gratinados con tomate, atún y queso Pollo guisado al vino blanco con zanahoria o merluza encebollada con zanahoria helado
CENA	judías verdes con jamón o Sopa de puerros flamenquines con patatas o Revuelto de patatas y jamón yogur	Crema de calabaza o Sopa de pasta pescado del día con ensalada o Salchichas al vino con ensalada flan	Menestra de verduras o Espárragos a la vinagreta Empanada de atún o Ragout de pavo con patata panadera yogur	Sopa de pollo o Crema de calabacín albondigas en salsa con zanahoria o Abadejo al limon y perejil con zanahoria natillas chocolate	Crema de champiñones o Panaché de verduras con patata bacalao a la gallega (sin patata) con calabaza o Redondo de pavo con calabaza yogur	Judías verdes con patata o Sopa de pescado Tortilla francesa con queso o Lomo asado con verdura yogur	Sopa de verduras o Espinacas rehogadas Sardinas en aceite sobre patata y tomate o Sándwich de jamón y queso con tomate picado piña en almibar

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	lasaña de carne o potaje de garbanzos Jamón asado con verduras o Fogonero en salsa con verduras fruta	pastel de calabacin y jamón o gazpacho Pollo al horno con patata horno o calamares en su tinta con arroz helado	Arroz caldoso o Ensalada de pasta pescado del día con verduras o Lacón a la plancha con verduras fruta	Sopa de cocido o Salmorejo Cocido completo o Pollo a la pimienta con champiñones fruta	Ensaladilla rusa o Macarrones napolitana Ragout de pavo con verduras o pastel de cabracho con ensalada fruta	coliflor con bechamel o Ensalada de arroz merluza a la bilbaina con pimientos o Ternera asada con verduras fruta	Lentejas con verduras o Arroz caldoso con verduras Estofado de ternera con champiñones o Huevos rellenos con bechamel fruta
CENA	Crema de calabaza o Sopa de picadillo Croquetas de jamón y queso con ensalada o Estofado de pavo con verduras yogur	Menestra con patata o Sopa de pasta Huevos rellenos con ensalada o Bacaladita rebozada con ensalada pera en almibar	Sopa castellana o Crema de zanahoria Hamburguesa mixta a la plancha con verduras o Tortilla de calabacin con verduras yogur	Salteado de trigueros y ajetes o Sopa de verduras palometa con tomate con patata o Albóndigas en su jugo con patatas panaderas natillas	guisantes con jamón o Ensalada de tomate con queso Tortilla de patata con ensalada o Empanada de atún con ensalada yogur	Judías verdes rehogadas con patata o Crema de calabacin Tosta de jamón y queso fresco con ensalada o Lomo asado con ensalada yogur	Crema de espárragos o Sopa hortelana caballa sobre patata y tomate o Delicias de jamón y queso con ensalada mousse

Semana del 29 DE AGOSTO AL 4 DE SEPTIEMBRE DE 2022

1

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	Macarrones boloñesa o Potaje de garbanzos Lacón a la gallega asado (sin patata) con pimientos o Huevos rellenos con pimientos fruta	Judías blancas con verduras o Brocoli con patata Pavo asado con champiñones o Abadejo en salsa verde con patata fruta	Paella o crema de coliflor Redondo de ternera con verduras o merluza a la vasca con verduras fruta	Lentejas con arroz o Pasta con verduras bacalao al horno con pisto o magro asado con pisto fruta	Fideua o Crema de calabaza salmón horno con verduras o bacaladillas al horno con pimiento rojo fruta	Sopa de cocido o Salmorejo Cocido completo o Merluza con salsa de gambas fruta	Ensaladilla rusa o purrusalda Muslo de pollo horno con verduritas o atun con tomate helado
CENA	Crema de champiñón o guisantes s con jamón Croquetas de jamón con ensalada de tomate o Albóndigas a la jardinera yogur	Sopa de fideos o Acelgas con patatas pescado del día con ensalada o San Jacobos con ensalada flan	Judías verdes con salsa de tomate y patata o Sopa de picadillo Tortilla de queso con tomate aliñado o Pollo a la naranja con naranja yogur	Menestra con patata o crema de espárragos Tosta de jamón york y queso con tomate al horno y orégano o Revuelto de york con tostadas natillas	Verdura rehogada o sopa de verdura Empanada gallega con ensalada o Pavo en salsa suave con patata yogur	Espárragos a la vinagreta o Sopa castellana bacaladilla a la romana con patata o Lomo asado con patatas yogur	Espinacas salteadas o Sopa minestrone Tortilla de patata con ensalada o Sándwich de jamón y queso con ensalada melocoton en almibar