

AGOSTO 2020

SEMANA DEL 3 AL 9

BASAL

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	Primero	Arroz con magro	Ensalada (lechuga, tomate, aceitunas y queso fresco)	Garbanzos con espinacas y bacalao	Fideuá de pescado	Salmorejo	Lentejas estofadas	Ensaladilla rusa
	Segundo	Ragout de ternera	Migas	Filete de lomo al horno con salsa de queso	Ragout de pavo	Pescado fresco	Magro en salsa riojana	Huevos fritos con chorizo
	Guarnición	Champiñones		Calabacín salteado	Menestra	Patatas al horno	Pimientos a tiras	Pisto de verduras
	Postre	Yogur	Yogur	Fruta del tiempo	Natillas de vainilla	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Arroz con leche edulcorado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Sopa de verduras con pasta	Crema de calabacín	Sopa de picadillo (con jamón york y huevo cocido)	Crema de hortalizas (cebolla, zanah, patata, calabacín, calabaza)	Sopa de lluvia	Acelgas aliñadas	Crema de marisco
	Segundo	Tortilla de patatas	Empanada de atún	Filete de merluza al horno	Huevos gratinados	Croquetas de jamón	Merluza en salsa de cebolla y vino	Pechugas de pollo en salsa
	Guarnición	Tomate aliñado	Ensalada de lechuga y zanahoria	Tomate asado	Ensalada (lechuga y pimiento)	Ensalada de lechuga y tomate	Patatas cocidas	Ensalada (remolacha, soja y maíz)
	Postre	Macedonia de frutas	Manzana asada	Yogur	Fruta del tiempo	Flan de vainilla	Yogur	Fruta del tiempo
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

AGOSTO 2020

SEMANA DEL 10 AL 16

BASAL

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Ensalada ilustrada (aceitunas, atún, cebolla y tomate)	Macarrones con chorizo	Brócoli gratinado	Ensalada de alubias (cebolla, atún, pimiento rojo y verde y tomate)	Gazpacho	Paella de marisco
	Segundo	Cocido madrileño	Ternera asada encebollada	Pescado fresco	Magro de cerdo con pisto	Albóndigas a la jardinera	Bacalao al ajoarriero	Pavo a la naranja
	Guarnición	Repollo	Patatas fritas	Ensalada (maíz, pepino y zanahoria)	Patatas al horno	Menestra salteada	Patatas al horno	Salteado de calabacín y cebolla
	Postre	Flan de vainilla	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo	Natillas caseras edulcoradas
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de puerros	Sopa de letras	Espinacas con patatas	Sopa de fideos	Crema de calabaza	Sopa de picadillo	Crema de ave reina
	Segundo	Fogonero a la romana	Tortilla francesa	Pollo salteado	Tortilla de jamón cocido	Merluza en salsa amarilla	Queso fresco con membrillo	Croquetas de bacalao
	Guarnición	Tomate asado	Champiñones	Menestra	Ensalada (lechuga y maíz)	Patatas dado	Ensalada de lechuga y tomate	Ensalada de lechuga, espárragos y zanahoria
	Postre	Melocotón en almíbar	Yogur	Fruta del tiempo	Arroz con leche	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

AGOSTO 2020

SEMANA DEL 17 AL 23

BASAL

LUNESMARTESMIÉRCOLESJUEVESVIERNES								
SÁBADO DOMINGO								
COMIDA	Primero	Macarrones gratinados	Fabada	Ensaladilla rusa	Lentejas estofadas con chorizo	Arroz con verduras y gambas	Salmorejo	Sopa de marisco
	Segundo	Estofado de pollo	Caella en salsa verde	Pescado fresco	Ragout de ternera	Albóndigas en salsa de tomate	Merluza a la vasca	Magro con tomate (carcamusas toledanas)
	Guarnición	Menestra de verduras	Guisantes	Ensalada (espárragos, zanahoria y aceitunas)	Menestra	Judía verde, zanahoria y cebolla	Patatas cocidas	Guisantes
	Postre	Yogur	Fruta del tiempo	Natillas de vainilla	Yogur	Yogur	Fruta del tiempo	Helado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Crema de hortalizas (cebolla, zanah, patata, calabacín, calabaza)	Sopa juliana	Crema de marisco	Sopa de picadillo (con jamón york y huevo cocido)	Crema de calabacín	Sopa castellana	Panaché de verduras con patata
	Segundo	Tortilla de queso	Croquetas de jamón	Pollo al horno	Caballa en aceite	Huevos rellenos	Chuleta de aguja a la plancha	Entremeses variados (jamón serrano, chorizo, jamón york y queso semi)
	Guarnición	Ensalada (lechuga, remolacha y soja)	Patatas fritas	Tomate aliñado	Pisto de verduras	Cama de lechuga	Verduras (calabacín, pimiento y zanahoria) salteadas con espárragos	Ensalada (maíz y zanahoria)
	Postre	Fruta del tiempo	Arroz con leche	Macedonia de frutas	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

AGOSTO 2020

SEMANA DEL 24 AL 30

BASAL

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
COMIDA	Primero	Sopa de cocido	Fideuá de verduras	Lentejas estofadas con chorizo	Gazpacho	Patatas a lo pobre	Ensalada (lechuga, tomate, atún, maíz, zanahoria y cebolla)	Paella mixta de pollo y marisco
	Segundo	Cocido madrileño	Cazón en adobo frito	Ragout de ternera	Huevos fritos	Pescado fresco	Migas	Pollo en salsa de tomate
	Guarnición	Repollo	Calabacín salteado	Champiñones	Patatas fritas	Ensalada de lechuga, tomate y cebolla		Champiñones
	Postre	Compota	Yogur	Natillas de chocolate	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta del tiempo	Helado
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan

CENA	Primero	Acelgas salteadas con zanahoria y bacon	Sopa de fideos	Sopa castellana	Crema de puerros	Crema de verduras	Sopa de pescado con pasta	Menestra imperial
	Segundo	Roti de pavo	Huevos gratinados	Merluza al horno	Queso fresco con membrillo	Cinta adobada en salsa de tomate	Empanada de atún	Halibut en salsa de cebolla y vino
	Guarnición	Puré de patata	Espárragos y zanahoria	Ensalada (lechuga y tomate)	Ensalada (remolacha, soja y maíz)	Zanahoria salteada con eneldo	Tomate aliñado	Patata dado
	Postre	Yogur	Fruta del tiempo	Fruta del tiempo	Yogur	Fruta en su jugo	Flan de vainilla	Fruta del tiempo
	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan	Pan