

Del 30/08/2021 al 5/09/2021

Primavera / Verano 2021

S 1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	MACARRONES CON TOMATE Y ATÚN REVUELTO DE ESPARRAGOS, AJETES Y CEBOLLA CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS LOMO AL AJILLO CON COLIFLOR CON AJADA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA VALENCIANA PESCADO FRESCO DEL DÍA CON PATATA ASADA MACEDONIA DE FRUTAS EN ALMIBAR	GAZPACHO CINTA DE LOMO ASADA EN SALSA DE VINO BLANCO CON PATATA AL AJILLO FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS FILETE DE SARDINA REBOZADA CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS GUIADAS CON VERDURAS ALBONDIGAS DE TERNERA CON SALSA DE TOMATE CON CALABACÍN AL HORNO HELADO TARRINA	ARROZ CON TOMATE HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA BISCUIT DE VAINILLA
Cena	CREMA DE CALABACÍN VENTRESCAS DE MERLUZA AL HORNO CON LECHUGA Y MAÍZ YOGURES	PORRUSALDA FILETE DE CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON JUDÍAS VERDES HELADO TARRINA	CREMA DE ESPARRAGOS NATURAL EMPANADA DE JAMON Y QUESO CON LECHUGA Y SOJA YOGURES	SOPA DE CEBOLLA TILAPIA A LAS FINAS HIERBAS CON TOMATE ALIÑADO HELADO TARRINA	SOPA CASTELLANA ROLLITOS DE JAMON RELLENOS DE ENSALADILLA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) YOGURES	JUDÍAS VERDES REHOGADAS ABADEJO EN SALSA VERDE CON GUISANTES Y ZANAHORIA SALTEADOS MANZANA ASADA	ACELGAS CASERAS CON PATATA TRASERO DE POLLO ASADO AL LIMÓN CON LECHUGA Y REMOLACHA YOGURES
Energía (Kcal.)	1.958 Kcal	2.166 Kcal	2.229 Kcal	2.083 Kcal	2.168 Kcal	2.250 Kcal	2.854 Kcal
Proteínas (g.)	P: 84	P: 98	P: 94	P: 95	P: 103	P: 107	P: 131
H.Carbono(g.)	HC: 246	HC: 264	HC: 250	HC: 250	HC: 233	HC: 261	HC: 289
Lípidos (g.)	L: 66	L: 71	L: 90	L: 73	L: 84	L: 81	L: 127

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NÚTRICIONISTA
CGDO. MAD00104



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

Del 6/09/2021 al 12/09/2021

Primavera / Verano 2021

S 2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURA CAELLA ENCEBOLLADA CON TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADILLA RUSA TRASERO DE POLLO GUISADO CON ZANAHORIAS FRUTA DE TEMPORADA	CODITOS CON TOMATE GRATINADOS ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS (CHAMPIÑON, ZANAHORIA Y CEBOLLA) MACEDONIA DE FRUTAS EN ALMIBAR	ARROZ CON SETAS PESCADO FRESCO DEL DÍA CON CALABACIN SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	GAZPACHO ANDALUZ LOMO DE CERDO A LA NARANJA CON PURÉ DE ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE TEMPORADA MEDALLON DE MERLUZA AL HORNO CON PATATA HERVIDA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO MELOCOTÓN EN ALMÍBAR ARROZ CON LECHE
Cena	TRICOLOR DE VERDURAS (judía verde, zanahoria, coliflor) TORTILLA DE PATATA Y CEBOLLA CON LECHUGA Y PIÑA YOGURES	CREMA DE ESPARRAGOS NATURAL REBOZADITOS DE ATUN CON ARROZ BLANCO HELADO TARRINA	SOPA HORTELANA CINTA DE LOMO ASADA EN SALSA DE VINO BLANCO CON PURÉ DE PATATA YOGURES	CREMA DE JUDÍAS VERDES HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) HELADO TARRINA	GUISANTES SALTEADOS CON ZANAHORIA, CEBOLLA, YORK, AJO Y PEREJIL REVUELTO DE HONGOS CON LECHUGA Y REMOLACHA YOGURES	SOPA DE LLUVIA SAN JACOBO CON TOMATE, MAIZ, PEPINILLO NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE CALABAZA NATURAL FOGONERO AL HORNO CON ZANAHORIA AL HORNO HELADO TARRINA
Energía (Kcal.)	2.078 Kcal	2.772 Kcal	2.347 Kcal	1.961 Kcal	2.251 Kcal	2.025 Kcal	2.537 Kcal
Proteínas (g.)	P: 102	P: 135	P: 121	P: 85	P: 107	P: 64	P: 114
H.Carbono(g.)	HC: 245	HC: 252	HC: 286	HC: 257	HC: 271	HC: 266	HC: 307
Lípidos (g.)	L: 67	L: 131	L: 75	L: 61	L: 76	L: 72	L: 89

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NÚTRICIONISTA
CGDO. MAD000104



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

Del 13/09/2021 al 19/09/2021

Primavera / Verano 2021

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	PASTEL DE VERDURAS CON SALSA ROSA ABADEJO EN SALSA AMERICANA CON PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES MARGARITA TRASERO DE POLLO ASADO CON PIMIENTO ROJO FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS PESCADO FRESCO DEL DÍA CON LECHUGA Y MAÍZ MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	GAZPACHO ESCALOPINES DE CERDO EN SALSA CON PATATA AL AJILLO FRUTA DE TEMPORADA	COLIFLOR REHOGADA CON PIMENTON ALBONDIGAS DE TERNERA CON SALSA DE TOMATE CON ARROZ BLANCO FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURA CONTRAMUSLO DE POLLO ASADO AL LIMON CON VERDURAS AL VAPOR (JUDIA VERDE, COLIFLOR, ZANAHORIA, PATATA) MANZANA ASADA	PAELLA VALENCIANA MAZA ASADA CON CALABACÍN AL HORNO PUDING CASERO FRUTA DE TEMPORADA
Cena	SOPA DE PESCADO HUEVOS RELLENOS DE ATUN CON MAHONESA CON LECHUGA Y TOMATE YOGURES	CREMA DE CHAMPIÑON NATURAL CROQUETAS DE JAMÓN CON LECHUGA Y ZANAHORIA HELADO TARRINA	CREMA DE CALABACÍN REDONDO DE PAVO ASADO CON TOMATE NATURAL NATILLAS CASERAS DE CHOCOLATE	SOPA DE LA ABUELA CABALLA EN ACEITE CON ENSALADA FRESCA (LECHUGA, MANZANA, NARANJA) HELADO TARRINA	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL TIRAS DE CALAMAR ENCEBOLLADAS CON PATATA AL VAPOR YOGURES	CALDO CON SÉMOLA Y ZANAHORIA TORTILLA DE PATATAS CON PIMIENTOS MORRONES SALTEADOS HELADO TARRINA	ESPÁRRAGOS CON MAHONESA RODAJA DE MERLUZA EN SALSA DE MARISCO CON COUS COUS YOGURES
Energía (Kcal.)	2.335 Kcal	2.403 Kcal	1.978 Kcal	2.215 Kcal	2.017 Kcal	2.703 Kcal	2.857 Kcal
Proteínas (g.)	P: 104	P: 112	P: 99	P: 102	P: 94	P: 128	P: 116
H.Carbono(g.)	HC: 231	HC: 274	HC: 250	HC: 275	HC: 239	HC: 262	HC: 322
Lípidos (g.)	L: 107	L: 91	L: 58	L: 74	L: 71	L: 119	L: 118

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NÚTRICIONISTA
CGDO. MAD000104



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

Del 20/09/2021 al 26/09/2021

Primavera / Verano 2021

S 4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	LENTEJAS CON VERDURAS TORTILLA DE CEBOLLA CON TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES NAPOLITANA PASTEL DE SALMÓN CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA DE TEMPORADA	FIDEUA DE PESCADO ROTTI DE CERDO ASADO EN SU JUGO CON MAÍZ Y ZANAHORIA FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA DE ARROZ ABADEJO EN SALSA VERDE CON ESPARRAGO BLANCO TALLO FRUTA DE TEMPORADA	GAZPACHO ANDALUZ HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADILLA RUSA HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON ZANAHORIA SALTEADA TATIN DE MANZANA MACEDONIA DE FRUTAS EN ALMIBAR
Cena	CREMA DE TOMATE SANDWICH MIXTO CON LECHUGA Y OLIVAS YOGURES	SOPA MINISTRONE MUSLITOS DE POLLO FRITOS CON ZANAHORIA RALLADA HELADO TARRINA	CALABACÍN CON BECHAMEL Y QUESO GRATINADO CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON PICADA DE TOMATE Y MAIZ NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE CHAMPIÑÓN NATURAL PESCADO FRESCO DEL DÍA CON PATATA AL VAPOR HELADO TARRINA	GUISANTES CON JAMÓN ESTOFADO DE RAGOUT PAVO CON PURÉ DE PATATA GRATINADO YOGURES	SOPA DE FIDEOS TIRITAS DE MERLUZA AL LIMON CON JUDÍAS VERDES HELADO TARRINA	CREMA DE CALABAZA NATURAL SAN JACOBO CON TOMATE NATURAL YOGURES
Energía (Kcal.)	2.299 Kcal	2.212 Kcal	2.333 Kcal	2.095 Kcal	2.376 Kcal	2.280 Kcal	2.996 Kcal
Proteínas (g.)	P: 104	P: 96	P: 122	P: 111	P: 129	P: 95	P: 97
H.Carbono(g.)	HC: 273	HC: 267	HC: 260	HC: 256	HC: 296	HC: 278	HC: 296
Lípidos (g.)	L: 80	L: 78	L: 82	L: 64	L: 69	L: 83	L: 152

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NÚTRICIONISTA
CGDO. MAD00104



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

Del 27/09/2021 al 3/10/2021

Primavera / Verano 2021

S 5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	REPOLLO REHOGADO TORTILLA DE PATATAS CON CALABACÍN REBOZADO FRUTA DE TEMPORADA	ENSALADA CAMPERA ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS (CHAMPIÑÓN, ZANAHORIA Y CEBOLLA) FRUTA DE TEMPORADA	POTAJE CASTELLANO PESCADO FRESCO DEL DÍA CON ZANAHORIA RALLADA MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	MACARRONES BOLOÑESA BACALAO ENCEBOLLADO CON PISTO FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS ALBONDIGAS CON SALSA ESPAÑOLA CON ZANAHORIA AL HORNO MANZANA ASADA	GAZPACHO ROTTI DE CERDO ASADO EN SU JUGO CON PATATA DADO FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ CALDOSO CON ACELGAS FILETE DE CONTRAMUSLO POLLO EMPANADO CON PURÉ DE MANZANA FLAN DE CAFE FRUTA DE TEMPORADA
Cena	SOPA HORTELANA FOGONERO AL HORNO CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE GUISANTES NATURAL REVUELTO DE JAMÓN CON ENSALADA FRESCA (LECHUGA, MANZANA, NARANJA) HELADO TARRINA	JUDIAS VERDES (VAINAS) SALTEADAS LOMO DE CERDO ASADO EN SU JUGO CON PATATA DADO YOGURES	CREMA DE CHAMPIÑÓN NATURAL TIRAS DE POLLO CON VERDURAS FLAN	CALABACÍN CON BECHAMEL Y QUESO GRATINADO SARDINA LOMITOS PLANCHA CON CHAMPIÑONES YOGURES	SOPA DE SEMOLA CROQUETAS DE POLLO CON MENESTRA DE VERDURA REHOGADA HELADO TARRINA	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL TILAPIA A LA PLANCHA CON BERENJENA SALTEADA HELADO TARRINA
Energía (Kcal.) Proteínas (g.)	1.820 Kcal P: 89	2.232 Kcal P: 102	2.111 Kcal P: 111	2.291 Kcal P: 121	2.245 Kcal P: 113	2.181 Kcal P: 89	2.542 Kcal P: 87
H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	HC: 223 L: 58	HC: 252 L: 86	HC: 238 L: 74	HC: 277 L: 71	HC: 229 L: 90	HC: 291 L: 68	HC: 330 L: 92

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NÚTRICIONISTA
CGDO. MAD00104



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