

Del 01/03/2021 al 07/03/2021

Invierno 21

S 1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ARROZ TRES DELICIAS TRASERO DE POLLO GUISADO CON ZANAHORIAS FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CON VERDURAS MAGRO DE CERDO AL AJILLO CON PIMIENTOS MORRONES FRUTA DE TEMPORADA	FIDEUA DE VERDURAS PESCADO FRESCO DEL DIA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	COLIFLOR REHOGADA CON PIMENTON HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES	POTE DE BERZAS REBOZADITOS DE SALMON EN SALSA DE VINO BLANCO CON CHAMPIÑONES YOGURES	PATATAS A LA MARINERA HAMBURGUESA DE TERNERA CON QUESO CON CEBOLLA CAMELIZADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE PESCADO CARRILLADA DE CERDO ESTOFADA CON SALSA ESPAÑOLA CON PATATA PANADERA ARROZ CON LECHE FRUTA DE TEMPORADA
Cena	CREMA DE BERENJENA VENTRESCAS DE MERLUZA A LA KOSKERA CON GUISANTES Y ZANAHORIA SALTEADOS YOGURES	SOPA HORTELANA TORTILLA DE QUESO CON PATATA DADO FLAN	CREMA DE ACELGAS CINTA DE SAJONIA A LA PLANCHA CON CALABACÍN REBOZADO YOGURES	SOPA DE ESTRELLAS FILETE DE CONTRAMUSLO A LA PLANCHA CON HIERBAS CON CEBOLLA ASADA Y TOMATE AL HORNO POSTRE LACTEO	SOPA DE AJO SANDWICH MIXTO CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL CROQUETAS DE JAMÓN CON LECHUGA, ZANAHORIA Y SOJA NATILLAS CASERAS DE CHOCOLATE	MENESTRA DE VERDURAS CON PATATAS ABADEJO CON SALSA DE LIMON CON ZANAHORIA AL HORNO YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.)	2.342 Kcal P: 124 HC: 268 L: 79	2.096 Kcal P: 104 HC: 244 L: 72	2.325 Kcal P: 98 HC: 259 L: 94	2.240 Kcal P: 106 HC: 234 L: 93	2.462 Kcal P: 121 HC: 275 L: 89	2.161 Kcal P: 83 HC: 278 L: 73	2.624 Kcal P: 113 HC: 315 L: 95

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

Del 08/03/2021 al 14/03/2021

Invierno 21

S 2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	ARROZ CON BACALAO Y COLIFLOR MAGRO CON TOMATE CON CALABACÍN AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO CON COLIFLOR CON AJADA MELOCOTÓN EN ALMÍBAR	PATATAS REVOLCONAS ABADEJO AL HORNO CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS PESCADO FRESCO DEL DÍA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	BROCOLI Y COLIFLOR REHOGADO LACÓN CON CACHELOS FRUTA DE TEMPORADA	CODITOS CON TOMATE GRATINADOS ALBONDIGAS DE TERNERA CON JARDINERA DE VERDURAS CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS CASERAS ESCALOPINES DE CERDO A LA PIMIENTA CON PIMIENTOS MORRONES TIRAS FRUTA DE TEMPORADA POSTRE LACTEO
Cena	CREMA DE ESPARRAGOS NATURAL TORTILLA DE CHAMPIÑONES CON LECHUGA Y MAÍZ YOGURES	SOPA DE FIDEOS PASTEL DE ATUN CON PATATA HERVIDA YOGURES	JUDIAS VERDES CON PATATAS HUEVOS RELLENOS CON BECHAMEL GRATINADOS CON CHAMPIÑONES YOGURES	CREMA DE PUERRO NATURAL FILETE DE POLLO A LA CERVEZA CON ALCACHOFAS REHOGADAS FLAN	SOPA DE LLUVIA TORTILLA DE PATATAS CON ESPARRAGO BLANCO TALLO YOGURES	CREMA DE CALABAZA NATURAL CAELLA ENCEBOLLADA CON PISTO NATILLAS CASERAS DE CHOCOLATE	SOPA DE POLLO CROQUETAS DE JAMÓN CON LECHUGA Y PEPINO YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.)	2.124 Kcal P: 112 HC: 254 L: 67	2.157 Kcal P: 98 HC: 258 L: 76	2.103 Kcal P: 90 HC: 240 L: 81	2.181 Kcal P: 109 HC: 249 L: 74	2.002 Kcal P: 89 HC: 250 L: 65	2.367 Kcal P: 113 HC: 281 L: 80	2.469 Kcal P: 102 HC: 308 L: 86

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

Del 15/03/2021 al 21/03/2021

Invierno 21

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	PATATAS EN SALSA VERDE ABADEJO EN SALSA MARINERA CON LECHUGA Y MAÍZ FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES MARGARITA ROTTI DE PAVO ASADO CON PIMIENTO ROJO FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS PESCADO FRESCO DEL DIA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) MANZANA ASADA	BROCOLI AL AJILLO HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ TRES DELICIAS CACHOPO DE TERNERA CON TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE CALDO GALLEGO FILETE DE CONTRAMUSLO EN SALSA DE COMINO CON COLIFLOR CON AJADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO TARTA DE MANZANA AZCARAY MACEDONIA DE FRUTAS EN ALMIBAR
Cena	CREMA REINA DE AVE HUEVOS AURORA CON TOMATE AL HORNO NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) EMPANADILLAS DE ATÚN CON ZANAHORIA AL HORNO YOGURES	SOPA DE ARROZ SALCHICHAS AL VINO CON CALABACÍN PLANCHA YOGURES	SOPA DE PASTA SANDWICH DE ATUN CON LECHUGA, TOMATE Y ACEITUNAS FLAN	CREMA DE ACELGAS RODAJA DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON JUDÍAS VERDES YOGURES	SOPA HORTELANA TORTILLA DE JAMÓN CON PATATA ASADA POSTRE LACTEO	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL PAPILLOTE DE MERLUZA Y SALMÓN CON GUISANTES SALTEADOS FRUTA DE TEMPORADA
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.188 Kcal P: 87 HC: 261 L: 81	2.148 Kcal P: 78 HC: 295 L: 66	2.151 Kcal P: 92 HC: 221 L: 93	2.243 Kcal P: 93 HC: 275 L: 79	2.475 Kcal P: 121 HC: 299 L: 82	2.315 Kcal P: 106 HC: 264 L: 87	2.671 Kcal P: 103 HC: 318 L: 103

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

Del 22/03/2021 al 28/03/2021

Primavera 21

S 4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	JUDIAS VERDES SALTEADAS CON JAMON SERRANO Y PATATAS ESTOFADO DE TERNERA CON VERDURAS CON CHAMPIÑONES FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CARBONARA TRASERO DE POLLO GUISADO CON ZANAHORIAS CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS PESCADO FRESCO DEL DIA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	COLIFLOR AL AJO ARRIERO AGUJA DE CERDO ASADA EN SU JUGO CON CHAMPIÑONES MACEDONIA DE FRUTAS NATURALES	ARROZ CALDOSO CON ACELGAS SARDINA CON PIPERRADA FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS ESTOFADAS CON CHORIZO COSTILLA DE CERDO ASADA CON VERDURAS CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA EN ALMIBAR	PATATAS GUISADAS CON VERDURAS SUPREMA DE BACALAO CON TOMATE CON PIMIENTOS MORRONES POSTRE CASERO FRUTA DE TEMPORADA
Cena	SOPA DE FIDEOS TILAPIA A LA NARANJA CON PATATA ASADA NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE ESPINACAS NATURAL PASTEL DE VERDURAS CON JAMON Y QUESO GRATINADO CON SAMFAINA YOGURES	SOPA DE LLUVIA FILETES RUSOS GU CALABACIN Y TOMATE AL HORNO POSTRE LACTEO	CREMA DE ACELGAS TORTILLA DE QUESO CON LECHUGA Y MAÍZ YOGURES	SOPA DE VERDURAS TRASERO DE POLLO ASADO CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE CALABAZA NATURAL TORTILLA DE CALABACIN CON TOMATE, MAIZ Y ZANAHORIA NATILLAS CASERAS DE CHOCOLATE	SOPA DE ZANAHORIA EMPANADA HOJALDRADA DE JAMON Y QUESO CON PISTO YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.210 Kcal P: 99 HC: 284 L: 68	2.717 Kcal P: 131 HC: 266 L: 119	2.256 Kcal P: 107 HC: 260 L: 80	2.073 Kcal P: 90 HC: 213 L: 89	2.459 Kcal P: 131 HC: 274 L: 87	3.158 Kcal P: 141 HC: 283 L: 154	2.445 Kcal P: 102 HC: 309 L: 82

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 29/03/2021 al 04/04/2021

Primavera 21

S 5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Comida	MENESTRA DE VERDURAS CON PATATAS REBOZADITOS DE ATUN CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) FRUTA DE TEMPORADA	ESPIRALES GRATINADAS POLLO JAMONCITOS A LA CAZADORA CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	PAELLA MIXTA MAGRO CON TOMATE CON REPOLLO FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS ESTOFADOS CON VERDURAS PESCADO FRESCO DEL DIA CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE) PERA EN ALMIBAR	COLIFLOR REHOADA CON AJO Y ACEITE HUEVOS FRITOS CON CHORIZO CON PATATAS FRITAS FRUTA DE TEMPORADA	FABADA MEDALLON DE BACALAO EN SALSA MARINERA CON GUISANTES SALTEADOS FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS CON BACALAO TORTILLA DE JAMÓN CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS SALTEADO FRUTA DE TEMPORADA TARTA DE QUESO
Cena	SOPA CASTELLANA TORTILLA CASERA DE PATATA Y PIMIENTOS YOGURES	JUDIAS VERDES SALTEADAS CON ACEITE Y AJO ABADEJO A LA GALLEGA NATILLAS DE VAINILLA	CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante) CROQUETAS DE POLLO CON TOMATE Y ORÉGANO YOGURES	SOPA DE PASTA TIRAS DE POLLO CON VERDURAS POSTRE LACTEO	CREMA DE GUISANTES NATURAL CINTA DE LOMO A LA PLANCHA CON ZANAHORIA RALLADA YOGURES	SOPA DE VERDURAS MAGRO DE CERDO EN SU JUGO CON PATATA AL VAPOR FLAN	CREMA DE ESPINACAS NATURAL HAMBURGUESA DE TERNERA A LA PLANCHA CON CEBOLLA CAMELIZADA YOGURES
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.)	2.132 Kcal P: 95 HC: 237 L: 83	2.046 Kcal P: 91 HC: 265 L: 60	2.175 Kcal P: 105 HC: 283 L: 62	2.171 Kcal P: 104 HC: 268 L: 70	2.202 Kcal P: 109 HC: 218 L: 94	2.347 Kcal P: 124 HC: 284 L: 71	2.557 Kcal P: 108 HC: 271 L: 112

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

FIRMA CENTRO:

FIRMA DIETISTA:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO
DIETISTA-NUTRICIONISTA
CGDO. MAD000104



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