

Del 02/12/2019 AL 08/12/2019

Otoño / Invierno 19-20

| S 1             | Lunes                                                                                                                                          | Martes                                                                                                                                                | Miércoles                                                                                                                                                            | Jueves                                                                                                                                                                      | Viernes                                                                                                                                                                | Sábado                                                                                                                                                 | Domingo                                                                                                                                                                                           |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Comida          | ARROZ MILANESA<br>ESPAGUETIS A LA CARBONARA<br>POLLO GUISADO CON ZANAHORIAS<br>ABADEJO ORLY<br>CON ZANAHORIA SALTEADA<br>YOGURES               | LENTEJAS CON VERDURAS<br>PURRUSALDA<br>CARNE DE CERDO ESTOFADA AL AJILLO<br>FOGONOERO AL HORNO<br>CON CEBOLLITA Y TOMATE AL HORNO<br>FLAN DE VAINILLA | FIDEUA DE VERDURAS CON TOMATE (CHAMPIÑÓN Y COLIFLOR)<br>GARBANZOS CON VERDURAS<br>SALMON AL HORNO<br>RULO DE CARNE (ternera)<br>CON CEBOLLA<br>CAMELIZADA<br>YOGURES | COLIFLOR AL AJO ARRIERO<br>CREMA DE ESPINACAS Y ZANAHORIAS<br>HUEVOS FRITOS CON CHORIZO<br>HALIBUT EN SALSA VERDE<br>CON PATATAS FRITAS<br>YOGURES                          | POTAJE DE ALUBIAS<br>PAELLA VALENCIANA<br>PESCADO DEL DIA<br>MUSLO DE POLLO AL AJILLO<br>CON VERDURAS AL VAPOR (JUDIA VERDE, COLIFLOR, ZANAHORIA, PATATA)<br>MACEDONIA | PATATAS MARINERA<br>JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS<br>HAMBURGUESA DE TERNERA<br>CON QUESO<br>PASTEL DE MERLUZA<br>CON CHAMPIÑONES<br>NATILLAS DE CHOCOLATE | TRICOLOR DE VERDURAS (judia verde, zanahoria, coliflor)<br>ESPINACAS A LA CREMA<br>CALLOS CON GARBANZOS<br>LACÓN A LA GALLEGA<br>CON ESPARRAGO VERDE<br>FRUTA DE TEMPORADA<br>BISCUIT DE VAINILLA |
| Cena            | BERENJENA GRATINADA<br>SOPA DE COCIDO<br>RODAJA DE MERLUZA EN SALSA DE MARISCO<br>TORTILLA DE ATUN<br>CON PATATA HERVIDA<br>FRUTA DE TEMPORADA | SOPA HORTELANA<br>CREMA DE CEBOLLA<br>TORTILLA DE QUESO<br>FILETE DE POLLO EN SALSA<br>CALABACIN SALTEADO<br>FRUTA DE TEMPORADA                       | ACELGAS CON PATATA<br>SOPA CASTELLANA<br>EMPANADA DE JAMON Y QUESO<br>PESCADILLA A LA MADRILEÑA<br>CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)<br>FRUTA DE TEMPORADA             | SOPA DE SEMOLA<br>CREMA DE PUERRO NATURAL<br>FILETE DE POLLO MEDITERRANEA<br>CINTA DE LOMO EN SALSA DE VINO BLANCO<br>CON CEBOLLITA Y TOMATE AL HORNO<br>FRUTA DE TEMPORADA | SOPA DE AJO<br>CREMA DE CALABAZA NATURAL<br>EMPANADILLAS DE ATÚN<br>TIRITAS DE PESCADO AL LIMON<br>CON LECHUGA Y OLIVAS<br>YOGURES                                     | CREMA DE ZANAHORIA NATURAL<br>SOPA DE PICADILLO<br>PLATJA AL HORNO<br>REVUELTO DE JAMON Y PIMIENTOS<br>CON MENESTRA<br>FRUTA DE TEMPORADA              | SOPA DE ESTRELLAS<br>GUISANTES CON JAMÓN<br>ABADEJO EN SALSA MARINERA<br>BUÑUELOS DE BACALAO<br>CON PATATA ASADA<br>YOGURES                                                                       |
| Energía (Kcal.) | 2.273 Kcal                                                                                                                                     | 1.918 Kcal                                                                                                                                            | 2.565 Kcal                                                                                                                                                           | 2.519 Kcal                                                                                                                                                                  | 2.576 Kcal                                                                                                                                                             | 2.364 Kcal                                                                                                                                             | 2.397 Kcal                                                                                                                                                                                        |
| Proteínas (g.)  | P: 100                                                                                                                                         | P: 83                                                                                                                                                 | P: 104                                                                                                                                                               | P: 100                                                                                                                                                                      | P: 106                                                                                                                                                                 | P: 100                                                                                                                                                 | P: 91                                                                                                                                                                                             |
| H.Carbono(g.)   | HC: 271                                                                                                                                        | HC: 225                                                                                                                                               | HC: 280                                                                                                                                                              | HC: 255                                                                                                                                                                     | HC: 290                                                                                                                                                                | HC: 262                                                                                                                                                | HC: 292                                                                                                                                                                                           |
| Lípidos (g.)    | L: 82                                                                                                                                          | L: 69                                                                                                                                                 | L: 104                                                                                                                                                               | L: 115                                                                                                                                                                      | L: 100                                                                                                                                                                 | L: 94                                                                                                                                                  | L: 91                                                                                                                                                                                             |

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

FIRMA CENTRO:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
DIETISTA-NÚTRICIONISTA  
CGDQ. MAD000104



La nostra empresa sotmet a congelació el peix que vagi a ser consumit cru o poc fet, segons estableix el RD 1420/2006

FIRMA DIETISTA:

Del 09/12/2019 AL 15/12/2019

Otoño / Invierno 19-20

| S 2                                                                | Lunes                                                                                                                                                                                                           | Martes                                                                                                                                                        | Miércoles                                                                                                                                                                                                  | Jueves                                                                                                                                                  | Viernes                                                                                                                                                               | Sábado                                                                                                                                                                  | Domingo                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Comida                                                             | CREMA DE CHAMPIÑÓN NATURAL<br>PANACHE DE VERDURAS<br>RODAJA DE MERLUZA EN SALSA DE MARISCO<br>REVUELTO DE MORCILLA<br>CON ZANAHORIA AL HORNO<br>FRUTA DE TEMPORADA                                              | GARBANZOS A LA RIOJANA<br>ARROZ REINA<br>CARNE ESTOFADA (ternera)<br>BACALAO BILBAÍNA<br>CON PIMIENTOS<br>YOGURES                                             | CODITOS CON TOMATE GRATINADOS<br>PATATAS A LO POBRE CON HUEVO Y PIMIENTO<br>FOGONERO A LA PLANCHA<br>ROTTI DE PAVO EN SALSA<br>CON VERDURAS AL VAPOR (JUDIA VERDE, COLIFLOR, ZANAHORIA, PATATA)<br>YOGURES | ARROZ CON VERDURAS<br>ALUBIAS PINTAS CON ARROZ<br>PESCADO DEL DIA<br>ESTOFADO DE TERNERA GERMANO<br>CON ENSALADA (LECHUGA Y TOMATE)<br>FLAN DE VAINILLA | BRÓCOLI Y COLIFLOR REHOGADO<br>SOPA DE VERDURAS<br>ABADEJO AL HORNO<br>CANELONES DE CARNE<br>CON PATATA ASADA<br>FRUTA DE TEMPORADA                                   | PATATAS GRATINADAS<br>JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS<br>ALBONDIGAS DE VACUNO EN SALSA ESPAÑOLA<br>POLLO GUIADO CON ZANAHORIAS<br>CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS<br>POSTRE CASERO | LENTEJAS CON VERDURAS<br>ARROZ HORTELANA<br>CODILLO ASADO<br>HALIBUT EN SALSA VERDE<br>CON VERDURITAS SALTEADAS<br>FRUTA DE TEMPORADA<br>PUDDING |
| Cena                                                               | SOPA DE FIDEOS<br>CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante)<br>CINTA DE LOMO A LA PLANCHA (NO ADOBADO)<br>RABA DE CALAMAR ENCEBOLLADO<br>CON ARROZ PILAF<br>YOGURES | CREMA PARMENTIERE<br>SOPA MINESTRONE<br>FILETE DE SARDINA A LA PLANCHA<br>JAMONCITOS DE POLLO AL HORNO<br>CON PICADA DE TOMATE Y MAIZ<br>MELOCOTÓN EN ALMÍBAR | JUDIAS VERDES REHOGADAS<br>CON PATATAS Y JAMON<br>SOPA DE SEMOLA<br>HUEVOS RELLENOS CON BECHAMEL<br>LOMO DE CERDO EMPANADO<br>CON TOMATE AL HORNO<br>FRUTA DE TEMPORADA                                    | CREMA DE PUERRO NATURAL<br>CALABACÍN GRATINADO<br>MUSLO DE POLLO AL AJILLO<br>BOCADITOS DE SALMON EN SALSA<br>CON PISTO<br>FRUTA DE TEMPORADA           | GUISANTES SALTEADOS CON ZANAHORIA, CEBOLLA, YORK, AJO Y PEREJIL<br>SOPA DE LA ABUELA<br>TORTILLA DE PATATAS<br>EMPANADA DE JAMON Y QUESO<br>CON ESPARRAGOS<br>YOGURES | CREMA DE CALABAZA NATURAL<br>SOPA DE ARROZ<br>CROQUETAS Y EMPANADILLAS<br>TILAPIA A LA PLANCHA<br>CON ENSALADA FRESCA (LECHUGA, MANZANA, NARANJA)<br>FRUTA DE TEMPORADA | SOPA CUBIERTA<br>CREMA DE AVE<br>CAELLA EN ADOBO<br>REVUELTO DE HONGOS<br>CON LECHUGA Y PEPINO<br>YOGURES                                        |
| Energía (Kcal.)<br>Proteínas (g.)<br>H.Carbono(g.)<br>Lípidos (g.) | 2.141 Kcal<br>P: 92<br>HC: 279<br>L: 66                                                                                                                                                                         | 2.469 Kcal<br>P: 109<br>HC: 281<br>L: 96                                                                                                                      | 2.216 Kcal<br>P: 100<br>HC: 264<br>L: 76                                                                                                                                                                   | 2.735 Kcal<br>P: 104<br>HC: 310<br>L: 111                                                                                                               | 2.293 Kcal<br>P: 89<br>HC: 269<br>L: 88                                                                                                                               | 2.299 Kcal<br>P: 90<br>HC: 275<br>L: 85                                                                                                                                 | 2.416 Kcal<br>P: 100<br>HC: 306<br>L: 82                                                                                                         |

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
DIETISTA- NUTRICIONISTA  
CGOQ. MA900104



La nostra empresa sotmet a congelació el peix que vagi a ser consumit cru o poc fet, segons estableix el RD 1420/2006

FIRMA DIETISTA:

Del 11/11/2019 AL 17/11/2019

Otoño / Invierno 19-20

| S 3             | Lunes                                                                                                                                 | Martes                                                                                                                                                                                                                      | Miércoles                                                                                                                                        | Jueves                                                                                                                                                       | Viernes                                                                                                                                                           | Sábado                                                                                                                                                            | Domingo                                                                                                                                                       |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Comida          | CALDO GALLEGO<br>MACARRONES MARGARITA<br>CALAMARES GUISADOS<br>TORTILLA ESPAÑOLA<br>CON CEBOLLA ASADA<br>YOGURES                      | CREMA DE COL DE HOJA<br>TOMATES RELLENOS<br>ESTOFADO DE AVE<br>PLATJA AL HORNO<br>CON PATATA ASADA<br>FRUTA DE TEMPORADA                                                                                                    | ALUBIAS BLANCAS CON<br>VERDURA<br>FIDEUA<br>PESCADO DEL DIA<br>ESCALOPINES DE CERDO EN<br>SALSA<br>CON ENSALADA (LECHUGA Y<br>TOMATE)<br>YOGURES | MENESTRA SALTEADA<br>REPOLLO REHOGADO CON<br>PIMENTÓN<br>HUEVOS FRITOS CON<br>CHORIZO<br>MAGRO DE CERDO EN SALSA<br>CON PATATAS FRITAS<br>FRUTA DE TEMPORADA | ARROZ CALDOSO CON<br>ACELGAS<br>LENTEJAS CON VERDURAS<br>ALBONDIGAS DE TERNERA EN<br>SALSA VERDE<br>MERLUZA AL AJILLO<br>CALABACIN SALTEADO<br>FRUTA DE TEMPORADA | PATATAS A LO POBRE CON<br>HUEVO Y PIMIENTO<br>CODITOS CON CHAMPIÑÓN<br>POLLO GUISADO CON<br>VERDURAS<br>CROQUETAS DE BACALAO<br>CON COLIFLOR CON AJADA<br>YOGURES | SOPA DE COCIDO<br>ESPÁRRAGOS CON MAHONESA<br>COCIDO COMPLETO<br>ABADEJO EN ADOBO<br>CON PATATA ASADA<br>TARTA SELVA NEGRA<br>MACEDONIA DE FRUTAS<br>NATURALES |
| Cena            | SOPA DE ESTRELLAS<br>GUISANTES CON ZANAHORIAS<br>JAMÓN ASADO<br>RODAJA DE MERLUZA EN<br>SALSA VERDE<br>CON PATATA AL VAPOR<br>YOGURES | CREMA DE VERDURAS<br>NATURAL (cebolla, puerro,<br>zanahoria, patata, judía verde,<br>guisante)<br>SOPA DE PICADILLO<br>FILETE DE SARDINA<br>REBOZADA<br>HAMBURGUESA DE<br>TERNERA CON PIMIENTO<br>VERDE EN TIRAS<br>YOGURES | SOPA DE ARROZ<br>RATATOUILLE<br>CROQUETAS DE JAMÓN<br>ABADEJO ENCEBOLLADO<br>CON TOMATE GRATINADO<br>MANZANA ASADA                               | SOPA DE PASTA<br>CREMA DE PUERRO NATURAL<br>SANDWICH DE ATUN<br>POLLO AL AJILLO<br>CON LECHUGA, ZANAHORIA Y<br>ACEITUNA<br>FLAN DE VAINILLA                  | CREMA DE CHAMPIÑÓN<br>SOPA DE AJO<br>HALIBUT AL HORNO<br>ROTTI DE PAVO EN SALSA<br>CON PICADA DE TOMATE Y<br>MAIZ<br>YOGURES                                      | SOPA HORTELANA<br>CREMA DE TOMATE<br>PAPILLOTE DE MERLUZA Y<br>SALMON CON SALSA TARTARA<br>TORTILLA DE CALABACIN<br>CON LECHUGA Y MAÍZ<br>FRUTA DE TEMPORADA      | CREMA DE ZANAHORIA<br>NATURAL<br>ACELGAS CON PATATA<br>TORTILLA DE JAMÓN<br>REDONDO DE PAVO ASADO<br>CON TOMATE AL HORNO<br>FRUTA DE TEMPORADA                |
| Energía (Kcal.) | 2.334 Kcal                                                                                                                            | 2.268 Kcal                                                                                                                                                                                                                  | 2.546 Kcal                                                                                                                                       | 2.610 Kcal                                                                                                                                                   | 2.193 Kcal                                                                                                                                                        | 2.251 Kcal                                                                                                                                                        | 2.286 Kcal                                                                                                                                                    |
| Proteínas (g.)  | P: 104                                                                                                                                | P: 105                                                                                                                                                                                                                      | P: 107                                                                                                                                           | P: 106                                                                                                                                                       | P: 104                                                                                                                                                            | P: 84                                                                                                                                                             | P: 95                                                                                                                                                         |
| H.Carbono(g.)   | HC: 258                                                                                                                               | HC: 258                                                                                                                                                                                                                     | HC: 282                                                                                                                                          | HC: 287                                                                                                                                                      | HC: 262                                                                                                                                                           | HC: 260                                                                                                                                                           | HC: 271                                                                                                                                                       |
| Lípidos (g.)    | L: 93                                                                                                                                 | L: 86                                                                                                                                                                                                                       | L: 101                                                                                                                                           | L: 108                                                                                                                                                       | L: 75                                                                                                                                                             | L: 88                                                                                                                                                             | L: 84                                                                                                                                                         |

Nota: NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

FIRMA CENTRO:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
DIETISTA-NUTRICIONISTA  
CGDQ. MAD000104



La nostra empresa sotmet a congelació el peix que vagi a ser consumit cru o poc fet, segons estableix el RD 1420/2006

FIRMA DIETISTA:

Del 18/11/2019 AL 24/11/2019

Otoño / Invierno 19-20

| S 4             | Lunes                                                                                                                                          | Martes                                                                                                                                                                                    | Miércoles                                                                                                                                                                                                                            | Jueves                                                                                                                                                                                  | Viernes                                                                                                                                                              | Sábado                                                                                                                                              | Domingo                                                                                                                                       |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Comida          | BROCOLI REHOGADO<br>PIMIENTOS RELLENOS<br><br>TERNERA EN SALSA<br>ABADEJO AL HORNO<br>CON PATATA PANADERA<br>FRUTA DE TEMPORADA                | MACARRONES CARBONARA<br>JUDÍAS BLANCAS CON<br>VERDURA<br>POLLO AL LIMÓN<br>ESCALOPINES DE CERDO EN<br>SALSA DE CEBOLLA Y VINO<br>BLANCO<br>CON VERDURITAS SALTEADAS<br>FRUTA DE TEMPORADA | LENTEJAS CON ARROZ<br>PATATAS A LO POBRE CON<br>HUEVO Y PIMIENTO<br>TAQUITOS DE ATÚN<br>CONTOMATE<br>CARNE ESTOFADA (ternera)<br>CON MENESTRA<br>YOGURES                                                                             | COLIFLOR AL AJO ARRIERO<br>MILHOJAS RELLENA DE<br>CHAMPIÑONES Y BECHAMEL<br>CABECERO DE LOMO ASADO<br>CAELLA ENCEBOLLADA<br>CON ARROZ PILAF<br>YOGURES                                  | ARROZ NEGRO CON SEPIA<br>GARBANZOS CON VERDURAS<br>PESCADO DEL DIA<br>ROTTI DE PAVO EN SALSA<br>CON ENSALADA (LECHUGA Y<br>TOMATE)<br>CON PURÉ DE MANZANA<br>YOGURES | ALUBIAS PINTAS CON PATATAS<br>CODITOS CON PISTO<br>CINTA DE LOMO A LA<br>PLANCH (NO ADOBADO)<br>PESCADO EN ADOBO<br>CON LECHUGA Y OLIVAS<br>YOGURES | PATATAS EN SALSA VERDE<br>FIDEUA<br>BACALAO ORLY<br>POLLO GUISADO CON<br>VERDURAS<br>CON ENCEBOLLADO<br>FRUTA DE TEMPORADA<br>POSTRE CASERO   |
| Cena            | PANACHE DE VERDURAS<br>SOPA DE PESCADO<br>TILAPIA EN SALSA VERDE<br>CROQUETAS Y EMPANADILLAS<br>CON ZANAHORIA SALTEADA<br>NATILLAS DE VAINILLA | SOPA DE LETRAS<br>CREMA REINA<br>TORTILLA DE QUESO<br>PESCADILLA A LA MADRILEÑA<br>CON JULIANA DE PIMIENTO<br>YOGURES                                                                     | CREMA DE ESPINACAS<br>NATURAL<br>TEMPURA DE VERDURAS<br>(CALABACÍN, BERENJENA,<br>ALCACHOFA Y ZANAHORIA)<br>EMPANADA DE JAMON Y<br>QUESO<br>QUICHE DE VERDURAS<br>CON PICADA DE TOMATE Y<br>MAIZ<br>MACEDONIA DE FRUTAS<br>NATURALES | SOPA DE PICADILLO<br>CREMA DE ZANAHORIA<br>NATURAL<br>HUEVOS RELLENOS DE ATUN<br>BIKINI<br>CON VERDURAS AL VAPOR<br>(JUDIA VERDE, COLIFLOR, ZANAHORIA,<br>PATATA)<br>FRUTA DE TEMPORADA | CREMA DE CALABACÍN<br>NATURAL<br>SOPA DE LLUVIA<br>TRASERO DE POLLO ASADO<br>LOMO DE SAJONIA<br>CON TOMATE AL HORNO<br>FRUTA DE TEMPORADA                            | CREMA DE CALABAZA<br>NATURAL<br>SOPA HORTELANA<br>ABADEJO EN SALSA<br>MARINERA<br>TORTILLA ESPAÑOLA<br>CON PISTO<br>FRUTA DE TEMPORADA              | ACELGAS CON PATATA<br>SOPA DE ESTRELLAS<br>EMPANADA DE CARNE<br>FILETE DE MERLUZA EN SALSA<br>DE MARISCO<br>CON CALABACÍN AL HORNO<br>YOGURES |
| Energía (Kcal.) | 2.358 Kcal                                                                                                                                     | 2.365 Kcal                                                                                                                                                                                | 2.877 Kcal                                                                                                                                                                                                                           | 2.407 Kcal                                                                                                                                                                              | 2.437 Kcal                                                                                                                                                           | 2.425 Kcal                                                                                                                                          | 2.576 Kcal                                                                                                                                    |
| Proteínas (g.)  | P: 94                                                                                                                                          | P: 106                                                                                                                                                                                    | P: 105                                                                                                                                                                                                                               | P: 107                                                                                                                                                                                  | P: 120                                                                                                                                                               | P: 114                                                                                                                                              | P: 110                                                                                                                                        |
| H.Carbono(g.)   | HC: 275                                                                                                                                        | HC: 266                                                                                                                                                                                   | HC: 330                                                                                                                                                                                                                              | HC: 289                                                                                                                                                                                 | HC: 264                                                                                                                                                              | HC: 277                                                                                                                                             | HC: 308                                                                                                                                       |
| Lípidos (g.)    | L: 91                                                                                                                                          | L: 90                                                                                                                                                                                     | L: 117                                                                                                                                                                                                                               | L: 84                                                                                                                                                                                   | L: 93                                                                                                                                                                | L: 85                                                                                                                                               | L: 94                                                                                                                                         |

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

FIRMA CENTRO:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
DIETISTA-NÚTRICIONISTA  
CGDQ. MA000104



La nostra empresa sotmet a congelació el peix que vagi a ser consumit cru o poc fet, segons estableix el RD 1420/2006

FIRMA DIETISTA:



Servimos con Corazón

## DOMUSVI MADRID 2+2



Del 25/11/2019 AL 01/12/2019

Otoño / Invierno 19-20

| S 5             | Lunes                                                                                                                                           | Martes                                                                                                                                       | Miércoles                                                                                                                                           | Jueves                                                                                                                                                                                  | Viernes                                                                                                                                                 | Sábado                                                                                                                                 | Domingo                                                                                                                                           |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Comida          | PARRILLADA DE VERDURAS<br>ENSALADA DE QUESO FRESCO<br>CANELONES ROSSINI<br>ABADEJO EN SALSA VERDE<br>FRUTA DE TEMPORADA                         | MACARRONES CON TOMATE GRATINADOS<br>CREMA DE LEGUMBRES<br>POLLO AL AJILLO<br>BOQUERONES FRITOS<br>CON ESCALIBADA<br>FRUTA DE TEMPORADA       | CALDO GALLEGO<br>PATATAS A LA IMPORTANCIA<br>ESTOFADO DE TERNERA GERMANO<br>TIRITAS DE PESCADO AL LIMON<br>CON TOMATE ALIÑADO<br>FRUTA DE TEMPORADA | GARBANZOS A LA RIOJANA<br>MACARRONES CON CHORIZO<br>PESCADO DEL DIA<br>ESCALOPINES DE CERDO EN SALSA<br>CON MENESTRA<br>PERA EN ALMIBAR                                                 | BROCOLI CON AJITOS<br>CREMA BILBAÍNA<br>HUEVOS FRITOS CON CHORIZO<br>ROLLO DE CARNE CON ACEITUNAS (ternera)<br>CON PATATAS FRITAS<br>FRUTA DE TEMPORADA | LENTEJAS CON VERDURAS<br>ARROZ CON SETAS<br>BACALAO EN SALSA DE TOMATE<br>POLLO ASADO<br>CON ZANAHORIA AL HORNO<br>FRUTA DE TEMPORADA  | PUERROS EN SALSA MARINERA<br>PENCAS RELLENAS CON JAMON<br>PASTEL DE SALMÓN<br>CALLOS MADRILEÑA<br>CON PURÉ DE PATATA<br>YOGURES<br>TARTA DE QUESO |
| Cena            | SOPA CASTELLANA<br>CREMA DE CHAMPIÑÓN NATURAL<br>TORTILLA DE PATATAS<br>ESCALOPINES DE CERDO EN SALSA<br>CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS<br>YOGURES | JUDÍAS VERDES SALTEADAS<br>SOPA DE AVE CON TAPIOCA<br>HALIBUT AL HORNO<br>JAMÓN YORK, QUESO Y MEMBRILLO<br>CON ARROZ<br>NATILLAS DE VAINILLA | SOPA DE PASTA RATATOUILLE<br>TORTILLA DE CEBOLLA<br>MERLUZA AL AJILLO<br>CON CALABACÍN PLANCHA<br>YOGURES                                           | CREMA DE VERDURAS NATURAL (cebolla, puerro, zanahoria, patata, judía verde, guisante)<br>SOPA DE PESCADO<br>ROTTI DE CERDO ASADO EN SU JUGO<br>TORTILLA PAISANA<br>CON PISTO<br>YOGURES | SOPA DE SEMOLA<br>ESPINACAS A LA CREMA<br>MERLUZA EN SALSA VERDE<br>ROLLITOS DE JAMON<br>RELLENOS DE ENSALADILLA<br>CON ENSALADA MIXTA<br>YOGURES       | CREMA DE GUISANTES NATURAL<br>SOPA DE AJO<br>CROQUETAS DE POLLO<br>HALIBUT EN SALSA<br>CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS<br>FLAN DE VAINILLA | SOPA DE LLUVIA<br>CREMA MARISCO<br>JAMONCITOS DE POLLO ASADOS<br>FOGONERO AL HORNO<br>CON VERDURITAS SALTEADAS<br>FRUTA DE TEMPORADA              |
| Energía (Kcal.) | 2.129 Kcal                                                                                                                                      | 2.236 Kcal                                                                                                                                   | 2.539 Kcal                                                                                                                                          | 2.555 Kcal                                                                                                                                                                              | 2.390 Kcal                                                                                                                                              | 2.377 Kcal                                                                                                                             | 2.389 Kcal                                                                                                                                        |
| Proteínas (g.)  | P: 92                                                                                                                                           | P: 96                                                                                                                                        | P: 92                                                                                                                                               | P: 127                                                                                                                                                                                  | P: 94                                                                                                                                                   | P: 89                                                                                                                                  | P: 93                                                                                                                                             |
| H.Carbono(g.)   | HC: 238                                                                                                                                         | HC: 278                                                                                                                                      | HC: 270                                                                                                                                             | HC: 285                                                                                                                                                                                 | HC: 248                                                                                                                                                 | HC: 284                                                                                                                                | HC: 301                                                                                                                                           |
| Lípidos (g.)    | L: 85                                                                                                                                           | L: 75                                                                                                                                        | L: 113                                                                                                                                              | L: 91                                                                                                                                                                                   | L: 108                                                                                                                                                  | L: 92                                                                                                                                  | L: 82                                                                                                                                             |

NUESTROS MENUS INCLUYEN PAN BLANCO E INTEGRAL

Nota:

FIRMA CENTRO:

BEATRIZ DE DIEGO BLANCO  
DIETISTA-NUTRICIONISTA  
CGDQ.MA000104



La nostra empresa sotmet a congelació el peix que vagi a ser consumit cru o poc fet, segons estableix el RD 1420/2006

FIRMA DIETISTA:

