

Menú

LUNES



COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	GARBANZOS CON ESPINACAS	ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE SETAS CON ARROZ SALTEADO	YOGUR
Diabética	GARBANZOS CON ESPINACAS	ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE SETAS CON ARROZ SALTEADO	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	GARBANZOS CON ESPINACAS	ESTOFADO DE PAVO EN SALSA DE SETAS CON ARROZ SALTEADO	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE GARBANZOS CON ESPINACAS	(TX) PAVO Y VERDURA	YOGUR



CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	VERDURAS AL HORNO CON PATATA, TOMILLO Y MIEL	REVUELTO DE GAMBAS	FRUTA
Diabética	VERDURAS AL HORNO CON PATATA Y TOMILLO	REVUELTO DE GAMBAS	FRUTA
Hipocalórica	VERDURAS AL HORNO CON PATATA Y TOMILLO	REVUELTO DE HUEVO	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE VERDURAS AL HORNO CON PATATA Y TOMILLO	(TX) HUEVO Y VERDURA	(TX) FRUTA

Menú

MARTES

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	PATATAS A LA RIOJANA	CAZÓN CON PIMIENTOS VERDES	YOGUR
Diabética	PATATAS A LA RIOJANA	CAZÓN CON PIMIENTOS VERDES	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	PATATAS CON VERDURAS	CAZÓN CON PIMIENTOS VERDES	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE PATATAS A LA RIOJANA	(TX) MERLUZA Y VERDURA	(TX) YOGUR

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	SOPA JULIANA	PIZZA DE ATÚN CON ENSALADA	FRUTA EN SU JUGO
Diabética	SOPA JULIANA	PIZZA DE ATÚN CON ENSALADA	FRUTAS
Hipocalórica	SOPA JULIANA	PIZZA DE ATÚN CON ENSALADA	FRUTA EN SU JUGO
Túrmix	(TX) CREMA DE SOPA JULIANA	(TX) POLLO Y VERDURA	(TX) FRUTA

HHH

Menú

MIÉRCOLES

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	LENTEJAS DE LA ABUELA	PASTEL DE VERDURAS	FRUTA
Diabética	LENTEJAS DE LA ABUELA	PASTEL DE VERDURAS	FRUTA
Hipocalórica	LENTEJAS DE LA ABUELA	TORTILLA DE VERDURA CON BERENJENA	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE LENTEJAS DE LA ABUELA	(TX) POLLO Y VERDURA	(TX) FRUTA

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	HERVIDO VALENCIANO	FOGONERO A LA VASCA	YOGUR
Diabética	HERVIDO VALENCIANO	FOGONERO A LA VASCA	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	¾ CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO	FOGONERO AL HORNO CON GUISANTES REHOGADOS	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	CREMA DE HERVIDO VALENCIANO	DOBLE TRITURADO DE FOGONERO, VERDURA Y FÉCULA	YOGUR

Menú

JUEVES

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO	OREJA Y MORRO A FEIRA CON PATATA	LÁCTEO
Diabética	CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO	OREJA Y MORRO CON BRÓCOLI REHOGADO	LÁCTEO S/AZÚCAR
Hipocalórica	CAZUELA DE FIDEOS CON PESCADO	HAMBURGUESA A LA PLANCHA CON BRÓCOLI REHOGADO	LÁCTEO DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	¾ CREMA DE FIDEOS CON MERLUZA	DOBLE TRITURADO DE HAMBURGUESA, VERDURA Y FÉCULA	LÁCTEO

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	CREMA DE CALABAZA AL CURRY	FRITOS VARIADOS CON ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	FRUTA
Diabética	CREMA DE CALABAZA AL CURRY	FRITOS VARIADOS CON ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	FRUTA
Hipocalórica	CREMA DE CALABAZA AL CURRY	LOMO ASADO CON ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE CALABAZA AL CURRY	(TX) LOMO Y VERDURA	(TX) FRUTA

Menú

VIERNES

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE	PESCADO DEL DÍA FRITO CON ENSALADA MIXTA	YOGUR
Diabética	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE	BACALAO A LA PLANCHA CON ENSALADA MIXTA	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	ALUBIAS BLANCAS CON CARNE	BACALAO A LA PLANCHA CON ENSALADA MIXTA	YOGUR DESNATADO S/AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE ALUBIAS BLANCAS CON CARNE	(TX) BACALAO Y VERDURA	(TX) YOGUR

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	MENESTRA CON AJO Y PIMENTÓN	CONTRAMUSLO DE POLLO CON PATATAS AL HORNO	FRUTA
Diabética	MENESTRA CON AJO Y PIMENTÓN	CONTRAMUSLO DE POLLO CON PATATAS AL HORNO	FRUTA
Hipocalórica	MENESTRA CON AJO Y PIMENTÓN	CONTRAMUSLO DE POLLO CON PATATAS AL HORNO	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE MENESTRA CON AJO Y PIMENTÓN	(TX) POLLO Y VERDURA	(TX) FRUTA

Menú

SÁBADO



COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	COLIFLOR CON JAMÓN	PAELLA MIXTA	FRUTA
Diabética	COLIFLOR CON JAMÓN	PAELLA MIXTA	FRUTA
Hipocalórica	COLIFLOR CON JAMÓN	PAELLA MIXTA	FRUTA
Túrmix	(TX) CREMA DE COLIFLOR CON JAMÓN	(TX) MAGRO Y VERDURA	(TX) FRUTA



CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	CREMA DE GUISANTES	TORTILLA DE QUESO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS	YOGUR
Diabética	CREMA DE GUISANTES	TORTILLA DE QUESO CON CHAMPIÑONES REHOGADOS	YOGUR S/AZÚCAR
Hipocalórica	CREMA DE GUISANTES	TORTILLA FRANCESA CON CHAMPIÑONES REHOGADOS	YOGUR DESNATADO SIN AZÚCAR
Túrmix	(TX) CREMA DE GUISANTES	(TX) HUEVO Y VERDURA	(TX) YOGUR

Menú

DOMINGO

COMIDA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	ENSALADA GRIEGA	LACÓN CON GRELOS Y PATATAS	PERAS AL VINO
Diabética	ENSALADA GRIEGA	LACÓN CON GRELOS Y PATATAS	PERAS AL VINO
Hipocalórica	ENSALADA GRIEGA	LACÓN CON GRELOS Y PATATAS	PERAS AL VINO
Túrmix	(TX) CREMA DE CALABAZA	(TX) MAGRO Y VERDURA	(TX) PERAS AL VINO

CENA

	Primer plato	Segundo Plato	Postre
Basal	SOPA DE CEBOLLA CON QUESO	MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA	LÁCTEO
Diabética	SOPA DE CEBOLLA CON QUESO	MERLUZA A LA ROMANA CON ENSALADA	LÁCTEO
Hipocalórica	SOPA DE CEBOLLA	MERLUZA A LA PLANCHA CON ENSALADA	LÁCTEO
Túrmix	(TX) CREMA DE SOPA DE CEBOLLA CON QUESO	(TX) MERLUZA Y VERDURA	(TX) LÁCTEO