

Servimos con Corazón

S 1	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	PAELLA MIXTA BLANQUETA DE AVE AL HORNO CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	GARBANZOS CON ESPINACAS ALBÓNDIGAS DE VACUNO EN SALSA CON VERDURITAS SALTEADAS MANZANA ASADA	CREMA MARISCO CON PICATOSTES EMPANADA BACALAO CON PATATA PANADERA POSTRE CASERO	CALDO GALLEGO GUISO DE TERNERA PIÑA EN ALMIBAR	COLIFLOR A LA GALLEGA PESCADO DEL DIA CON PATATA COCIDA FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS GUIADAS SOLOMILLO AL HORNO C/ PIMIENTO VERDE FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO POSTRE CASERO
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	PISTO HUEVOS FRITOS CON PATATAS DADO YOGUR	CREMA DE VERDURAS PASTEL DE ATUN CON TOMATE AL HORNO YOGURES	SOPA HORTELANA REDONDO DE PAVO ASADO CON TOMATE ALIÑADO YOGURES	SOPA DE AVE SANDWICH MIXTO YOGUR	CREMA DE VERDURAS TORTILLA ESPAÑOLA CON ENSALADA YOGUR	CREMA DE ZANAHORIA HOJALDRE DE JAMON YORK Y QUESO YOGUR	SOPA DE FIDEO MERLUZA EN SALSA CON ENSALADA YOGUR
Energía (Kcal.)	2.359 Kcal	2.984 Kcal	2.302 Kcal	2.298 Kcal	2.303 Kcal	2.521 Kcal	2.777 Kcal
Proteínas (g.)	P: 110	P: 107	P: 106	P: 89	P: 82	P: 98	P: 125
H.Carbono(g.)	HC: 247	HC: 316	HC: 240	HC: 250	HC: 249	HC: 280	HC: 303

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**

Nota:



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

Servimos con Corazón

S 2	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	PASTA CON VERDURITAS CARNE ASADA CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	LENTEJAS ESTOFADAS POLLO ASADO CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS YOGURES	CREMA VICHYSOUSSE PESCADO FRESCO CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA DE TEMPORADA	POTAJE GARBANZOS LASAÑA DE VERDURAS YOGURES	CREMA MARISCO CON PICATOSTES CONEJO ASADO CON PATATA ASADA FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ CON CHOCOS BACALAO CON CEBOLLA CONFITADA Y PASAS MANZANA ASADA	FABADA ASTURIANA CARRILLERAS DE CERDO AL HORNO CON VERDURITAS SALTEADAS POSTRE CASERO
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	CREMA DE CALABACIN BUÑUELOS DE BACALAO CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE BROCOLI HUEVOS RELLENOS DE ATUN CON LECHUGA EN JULIANA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE FIDEO POLLO A PLANCHA CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES	CREMA DE JUDIAS TORTILLA DE PATATAS FRUTA DE TEMPORADA	SOPA MINISTRONE MERLUZA AL HORNO YOGURES	PARRILLADA DE VERDURAS EMPANADA DE JAMON Y QUESO YOGURES	SOPA DE VERDURAS QUESO Y MEMBRILLO FRUTA DE TEMPORADA
Energía (Kcal.)	2.304 Kcal	2.454 Kcal	2.558 Kcal	2.147 Kcal	2.723 Kcal	2.013 Kcal	2.918 Kcal
Proteínas (g.)	P: 96	P: 100	P: 113	P: 83	P: 99	P: 108	P: 122
H.Carbono(g.)	HC: 237	HC: 222	HC: 268	HC: 250	HC: 311	HC: 239	HC: 333

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**

Nota:



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

S 3	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	CALDO GALLEGO GUISO DE CARNE CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ CON VERDURAS BERENJENAS RELLENAS DE CARNE YOGURES	LENTEJAS ESTOFADAS PESCADO FRESCO CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	ARROZ MELOSO HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS MANZANA ASADA	SOPA DE PESCADO LACON CON GRELOS FRUTA DE TEMPORADA	ENTREMESES VARIADOS SALMON A LAS FINAS HIERBAS FRUTA DE TEMPORADA	EMPANADA DE MANZANA ARROZ CON CHOCOS POSTRE CASERO
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA DE ESTRELLAS REVUELTO DE BACON CON ENSALADA YOGURES	CREMA DE GUISANTES NATURAL SOLDADITOS DE PAVIA CON TOMATE NATURAL FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE CALABAZA NATURAL TIRAS DE POLLO SALTEADO CON PIMIENTO Y CEBOLLA YOGURES	SOPA DE ARROZ EMPANA DE JAMON YORK Y QUESO YOGURES	SOPA JULIANA SARDINAS EN ACEITE CON TOMATE NATURAL YOGURES	BROCOLI REHOGADO CROQUETAS DE POLLO CON ENSALADA FRESCA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE PUERRO TORTILLA PAISANA YOGURES
Energía (Kcal.)	2.296 Kcal	2.352 Kcal	2.670 Kcal	2.255 Kcal	2.144 Kcal	2.544 Kcal	2.545 Kcal
Proteínas (g.)	P: 83	P: 101	P: 110	P: 78	P: 103	P: 96	P: 109
H.Carbono(g.)	HC: 244	HC: 274	HC: 274	HC: 268	HC: 238	HC: 315	HC: 256

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**

Nota:



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

S 4	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	EMPEDRADO DE LENTEJAS ALBONDIGAS CON ARROZ CON ZANAHORIA RALLADA FRUTA DE TEMPORADA	PATATAS RIOJANA LACON CON GRELOS Y CACHELOS YOGURES	ARROZ CAMPERO PESCADO FRESCO CON VERDURITAS SALTEADAS MANZANA ASADA	SOPA DE FIDEOS TRASERO DE POLLO ASADO CON PIMIENTOS FLAN CASERO	FABADA ASTURIANA DELICIAS DE BACALAO FRUTA DE TEMPORADA	MACARRONES CON TOMATE Y CHORIZO FILETE DE AGUJA DE CERDO EN SALSA CON ZANAHORIA SALTEADA YOGUR	FIDEUA CON ALMEJAS COCIDO COMPLETO POSTRE CASERO
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA JULIANA MERLUZA A LA VIZCAÍNA CON TOMATE Y ORÉGANO YOGURES	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CROQUETAS Y EMPANADILLAS CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE VERDURAS BOCADITOS DE SALMON EN SALSA CON PATATA ASADA YOGURES	CREMA DE CALABAZA HUEVOS RELLENOS DE ATUN CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE ACELGAS CROQUETAS CON LECHUGA EN JULIANA YOGURES	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	MENESTRA DE VERDURA REHOGADA BUDIN DE BACALAO CON ENSALADA YOGURES
Energía (Kcal.)	2.199 Kcal	2.297 Kcal	2.944 Kcal	2.216 Kcal	2.247 Kcal	2.788 Kcal	2.552 Kcal
Proteínas (g.)	P: 104	P: 71	P: 96	P: 91	P: 87	P: 99	P: 129
H.Carbono(g.)	HC: 274	HC: 257	HC: 335	HC: 225	HC: 220	HC: 309	HC: 248

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL**.

Nota:



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

S 5	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	COLIFLOR REHOGADA ALBÓNDIGAS DE VACUNO EN SALSA CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA DE TEMPORADA	ALUBIAS CON ALMEJAS COSTILLA DE CERDO AL HORNO FLAN CASERO	QUICHE DE VERDURAS PESCADO FRESCO CON PATATA MANZANA ASADA	GARBANZOS CON ESPINACAS CONEJO ASADO CON PATATA YOGURES	LENTEJAS CON CHORIZO BERENJENAS RELLENAS DE CARNE FRUTA DE TEMPORADA	PASTEL DE CALABACIN SALMON AL HORNO CON ARROZ AL HORNO FRUTA DE TEMPORADA	ENTREMESES VARIADOS CALLOS CON GARBANZOS FRUTA DE TEMPORADA
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA DE PESCADO CONTRAMUSLO DE POLLO AL HORNO CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL HUEVOS FRITOS CON ARROZ FRUTA DE TEMPORADA	SOPA DE VERDURAS EMPANADA DE JAMON Y QUESO CON ENSALADA YOGURES	CREMA DE CALABAZA NATURAL MERLUZA AL HORNO CON ENSALADA FRUTA DE TEMPORADA	CREMA DE ESPINACAS NATURAL FILETE DE SARDINA A LA PLANCHA CON TOMATE Y ORÉGANO YOGURES	SOPA DE ESTRELLAS TORTILLA FRANCESA FRUTA DE TEMPORADA	JUDÍAS VERDES SALTEADAS TOSTADA DE JAMON CON TOMATE NATURAL YOGURES
Energía (Kcal.)	2.334 Kcal	2.635 Kcal	2.657 Kcal	2.186 Kcal	2.441 Kcal	2.151 Kcal	2.171 Kcal
Proteínas (g.)	P: 108	P: 100	P: 111	P: 91	P: 107	P: 87	P: 87
H.Carbono(g.)	HC: 236	HC: 287	HC: 296	HC: 241	HC: 273	HC: 242	HC: 247

NUESTROS MENUS INCLUYEN **PAN BLANCO E INTEGRAL.**

Nota:



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