

Servimos con Corazón

S 3	Lunes 1	Martes 2	Miércoles 3	Jueves 4	Viernes 5	Sábado 6	Domingo 7
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS EGLEFINO EMPANADO CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ESPIRALES CON TOMATE FILETES RUSOS CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE LENTEJAS HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	TRICOLOR DE VERDURAS (judía verde, zanahoria, coliflor) PIMIENTOS RELLENOS DE BACALAO EN SALSA MANZANA ASADA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ARROZ CON VERDURAS PICADO DE POLLO EN SALSA CON PURÉ DE PATATA POSTRE CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL	ENTREMESES VARIADOS ZARZUELA DE PESCADO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA DE ESTRELLAS TORTILLA FRANCESA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABACÍN NATURAL SOLDADITOS DE PAVIA CON TOMATE AL HORNO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABAZA NATURAL PICADO DE POLLO EN SALSA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE ARROZ RODAJA DE MERLUZA EN SALSA VERDE CON VERDURAS AL VAPOR YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE PASTA PICADO DE CERDO EN SALSA CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	BROCOLI REHOGADO CROQUETAS DE POLLO CON PATATA ASADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	VERDURAS AL HORNO TORTILLA PAISANA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.)	2.667 Kcal	2.636 Kcal	2.732 Kcal	2.031 Kcal	2.500 Kcal	2.844 Kcal	2.338 Kcal
Proteínas (g.)	P: 109	P: 104	P: 120	P: 52	P: 115	P: 98	P: 93
H. Carbono (g.)	HC: 327	HC: 314	HC: 288	HC: 268	HC: 297	HC: 354	HC: 265
Lípidos (g.)	L: 96	L: 101	L: 116	L: 78	L: 88	L: 107	L: 95

Nota:



Servimos con Corazón

S 4	Lunes 8	Martes 9	Miércoles 10	Jueves 11	Viernes 12	Sábado 13	Domingo 14
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	CREMA DE LENTEJAS PICADO DE CERDO EN SALSAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ACELGAS REHOGADAS PICADO DE POLLO EN SALSAS YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	ESPÁRRAGOS VINAGRETA ARROZ CAMPERO MANZANA ASADA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	PATATAS CON MAGRO BOCARTE REBOZADO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	MACARRONES CON VERDURAS Y TOMATE PICADO DE CERDO EN SALSAS CON ZANAHORIA SALTEADA POSTRE CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL	FIDEUA PICADO DE POLLO EN SALSAS CON PIMIENTOS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA DE PICADILLO MERLUZA A LA VIZCAÍNA CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CROQUETAS Y EMPANADILLAS CON PATATA ASADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE AVE RODAJA DE MERLUZA A LA ROMANA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL EMPANADA DE JAMON Y QUESO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE PASTA ALBONDIGAS DE VACUNO CON TOMATE YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AL HORNO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA REINA VARITAS DE MERLUZA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H. Carbono (g.) Lípidos (g.)	2.360 Kcal P: 115 HC: 288 L: 76	2.379 Kcal P: 83 HC: 274 L: 100	2.467 Kcal P: 66 HC: 307 L: 103	2.894 Kcal P: 110 HC: 335 L: 116	2.684 Kcal P: 105 HC: 324 L: 101	2.828 Kcal P: 101 HC: 357 L: 102	2.920 Kcal P: 132 HC: 314 L: 121

Nota:

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 R.D. 1420/2006.

Servimos con Corazón

S 5	Lunes 15	Martes 16	Miércoles 17	Jueves 18	Viernes 19	Sábado 20	Domingo 21
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	CREMA DE COLIFLOR NATURAL ALBÓNDIGAS DE VACUNO EN SALSA CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE LENTEJAS PICADO DE CERDO EN SALSA CON VERDURAS AL VAPOR FLAN CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL	PATATAS RIOJANA CAELLA ENCEBOLLADA GUARNICION DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURA PICADO DE CERDO EN SALSA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	ARROZ CON CHAMPIÑONES SALMON AL HORNO CON COLIFLOR CON AJADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	MACARRONES CON TOMATE PICADO DE CERDO EN SALSA CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ENSALADILLA RUSA GARBANZOS CON VERDURAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA DE FIDEOS PICADO DE POLLO EN SALSA CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL SALCHICHAS ASADAS CON PURÉ DE PATATA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	PARRILLADA DE VERDURAS EMPANADA DE JAMON Y QUESO CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABAZA NATURAL TORTILLA DE PATATAS CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE ESTRELLAS JAMÓN YORK Y QUESO CON LECHUGA EN JULIANA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE ESPINACAS NATURAL MERLUZA AL HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS VERDES SALTEADAS TORTILLA FRANCESA CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.733 Kcal P: 130 HC: 296 L: 108	2.814 Kcal P: 117 HC: 340 L: 101	2.927 Kcal P: 116 HC: 326 L: 122	2.456 Kcal P: 106 HC: 309 L: 78	2.447 Kcal P: 97 HC: 295 L: 92	2.567 Kcal P: 111 HC: 320 L: 87	2.425 Kcal P: 87 HC: 291 L: 94

Nota:

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 R.D. 1420/2006.

Servimos con Corazón

S 1	Lunes 22	Martes 23	Miércoles 24	Jueves 25	Viernes 26	Sábado 27	Domingo 28
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	CREMA DE LENTEJAS PICADO DE CERDO EN SALSAS CON PATATAS DADO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CODITOS CON BECHAMEL ALBÓNDIGAS DE VACUNO EN SALSAS CON VERDURITAS SALTEADAS MANZANA ASADA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA TAQUITOS DE ATÚN CONTOMATE FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	PISTO HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS DADO POSTRE CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE MARISCO SUPREMA DE BACALAO CONTOMATE CON PATATA PANADERA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	FIAMBRES MAGROS PICADO DE POLLO EN SALSAS CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	PARRILLADA DE VERDURAS EMPANADA DE ATÚN CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATAS CON VERDURITAS SALTEADAS YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABACÍN NATURAL PICADO DE POLLO EN SALSAS CON PURÉ DE PATATA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE PICADILLO RODAJA DE MERLUZA A LA ROMANA CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CROQUETAS DE POLLO CON LECHUGA EN JULIANA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE GUISANTES NATURAL PICADO DE CERDO EN SALSAS CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABAZA NATURAL ABADEJO ROMANA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.)	2.713 Kcal	3.007 Kcal	3.083 Kcal	2.506 Kcal	2.497 Kcal	2.650 Kcal	2.738 Kcal
Proteínas (g.)	P: 98	P: 104	P: 153	P: 78	P: 88	P: 110	P: 141
H. Carbono (g.)	HC: 330	HC: 337	HC: 328	HC: 321	HC: 286	HC: 330	HC: 268
Lípidos (g.)	L: 102	L: 132	L: 119	L: 92	L: 103	L: 91	L: 116

Nota:

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 R.D. 1420/2006.

Servimos con Corazón

S 2	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3	Sábado 4	Domingo 5
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	SOPA CASTELLANA ALBÓNDIGAS DE VACUNO EN SALSA CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE LENTEJAS PICADO DE CERDO EN SALSA CON PIMIENTO VERDE EN TIRAS YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	MACARRONES BOLOÑESA CAZÓN EN SALSA CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ESPÁRRAGOS VINAGRETA GARBANZOS CON VERDURAS YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA MARISCO ARROZ A LA CUBANA CON HUEVO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURA BACALAO CON CEBOLLA CONFITADA Y PASAS COMPOTA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ARROZ CON VERDURAS PICADO DE POLLO EN SALSA POSTRE CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	TEMPURA DE VERDURAS (CALABACÍN, BERENJENA, ALCACHOFA Y ZANAHORIA) REVUELTO DE ATUN CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	BROCOLI REHOGADO PICADO DE POLLO EN SALSA CON LECHUGA EN JULIANA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABACÍN NATURAL HAMBURGUESA ENCEBOLLADA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS VERDES SALTEADAS SALCHICHAS ASADAS CON PURÉ DE PATATA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE ESTRELLAS BOCARTE REBOZADO CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	PARRILLADA DE VERDURAS PICADO DE CERDO EN SALSA CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE FIDEOS SANDWICH MIXTO CON TOMATE PARSILLADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.613 Kcal P: 106 HC: 268 L: 119	2.689 Kcal P: 140 HC: 260 L: 114	2.702 Kcal P: 115 HC: 315 L: 103	2.479 Kcal P: 81 HC: 303 L: 97	2.619 Kcal P: 76 HC: 345 L: 100	2.162 Kcal P: 119 HC: 249 L: 67	2.919 Kcal P: 131 HC: 344 L: 108

Nota:

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 R.D. 1420/2006.

Servimos con Corazón

S 3	Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10	Sábado 11	Domingo 12
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS EGLEFINO EMPANADO CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ESPIRALES CON TOMATE FILETES RUSOS CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE LENTEJAS HUEVOS FRITOS CON PATATAS FRITAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	TRICOLOR DE VERDURAS (judia verde, zanahoria, coliflor) PIMIENTOS RELLENOS DE BACALAO EN SALSAS MANZANA ASADA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ARROZ CON VERDURAS PICADO DE POLLO EN SALSAS CON PURÉ DE PATATA POSTRE CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL	ENTREMESES VARIADOS ZARZUELA DE PESCADO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA DE ESTRELLAS TORTILLA FRANCESA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABACÍN NATURAL SOLDADITOS DE PAVIA CON TOMATE AL HORNO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABAZA NATURAL PICADO DE POLLO EN SALSAS CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE ARROZ RODAJA DE MERLUZA EN SALSAS VERDES CON VERDURAS AL VAPOR YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE PASTA PICADO DE CERDO EN SALSAS CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	BROCOLI REHOGADO CROQUETAS DE POLLO CON PATATA ASADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	VERDURAS AL HORNO TORTILLA PAISANA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.) Proteínas (g.) H.Carbono(g.) Lípidos (g.)	2.667 Kcal P: 109 HC: 327 L: 96	2.636 Kcal P: 104 HC: 314 L: 101	2.732 Kcal P: 120 HC: 288 L: 116	2.031 Kcal P: 52 HC: 268 L: 78	2.500 Kcal P: 115 HC: 297 L: 88	2.844 Kcal P: 98 HC: 354 L: 107	2.338 Kcal P: 93 HC: 265 L: 95

Nota:

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 R.D. 1420/2006.

Servimos con Corazón

S 4	Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17	Sábado 18	Domingo 19
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	CREMA DE LENTEJAS PICADO DE CERDO EN SALSAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ACELGAS REHOGADAS PICADO DE POLLO EN SALSAS YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	ESPÁRRAGOS VINAGRETA ARROZ CAMPERO MANZANA ASADA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	PATATAS CON MAGRO BOCARTE REBOZADO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	MACARRONES CON VERDURAS Y TOMATE PICADO DE CERDO EN SALSAS CON ZANAHORIA SALTEADA POSTRE CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL	FIDEUA PICADO DE POLLO EN SALSAS CON PIMIENTOS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA DE PICADILLO MERLUZA A LA VIZCAÍNA CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CROQUETAS Y EMPANADILLAS CON PATATA ASADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE AVE RODAJA DE MERLUZA A LA ROMANA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL EMPANADA DE JAMON Y QUESO CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE PASTA ALBONDIGAS DE VACUNO CON TOMATE YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATAS CON TOMATE AL HORNO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA REINA VARITAS DE MERLUZA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.)	2.360 Kcal	2.379 Kcal	2.467 Kcal	2.894 Kcal	2.684 Kcal	2.828 Kcal	2.920 Kcal
Proteínas (g.)	P: 115	P: 83	P: 66	P: 110	P: 105	P: 101	P: 132
H. Carbono (g.)	HC: 288	HC: 274	HC: 307	HC: 335	HC: 324	HC: 357	HC: 314
Lípidos (g.)	L: 76	L: 100	L: 103	L: 116	L: 101	L: 102	L: 121

Nota:

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 R.D. 1420/2006.

Servimos con Corazón

S 5	Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24	Sábado 25	Domingo 26
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	CREMA DE COLIFLOR NATURAL ALBÓNDIGAS DE VACUNO EN SALSA CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE LENTEJAS PICADO DE CERDO EN SALSA CON VERDURAS AL VAPOR FLAN CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL	PATATAS RIOJANA CAELLA ENCEBOLLADA GUARNICION DE LECHUGA Y TOMATE FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS BLANCAS CON VERDURA PICADO DE CERDO EN SALSA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	ARROZ CON CHAMPIÑONES SALMON AL HORNO CON COLIFLOR CON AJADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	MACARRONES CON TOMATE PICADO DE CERDO EN SALSA CON VERDURITAS SALTEADAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ENSALADILLA RUSA GARBANZOS CON VERDURAS FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	SOPA DE FIDEOS PICADO DE POLLO EN SALSA CON ZANAHORIA SALTEADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE ZANAHORIA NATURAL SALCHICHAS ASADAS CON PURÉ DE PATATA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	PARRILLADA DE VERDURAS EMPANADA DE JAMON Y QUESO CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABAZA NATURAL TORTILLA DE PATATAS CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE ESTRELLAS JAMÓN YORK Y QUESO CON LECHUGA EN JULIANA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE ESPINACAS NATURAL MERLUZA AL HORNO CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS VERDES SALTEADAS TORTILLA FRANCESA CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.)	2.733 Kcal	2.814 Kcal	2.927 Kcal	2.456 Kcal	2.447 Kcal	2.567 Kcal	2.425 Kcal
Proteínas (g.)	P: 130	P: 117	P: 116	P: 106	P: 97	P: 111	P: 87
H.Carbono(g.)	HC: 296	HC: 340	HC: 326	HC: 309	HC: 295	HC: 320	HC: 291
Lípidos (g.)	L: 108	L: 101	L: 122	L: 78	L: 92	L: 87	L: 94

Nota:

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 R.D. 1420/2006.



Servimos con Corazón

S 1	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 31	Sábado 1	Domingo 2
Desayuno	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA O TOSTADA CON MERMELADA Y MANTEQUILLA						
Comida	CREMA DE LENTEJAS PICADO DE CERDO EN SALSAS CON PATATAS DADO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CODITOS CON BECHAMEL ALBÓNDIGAS DE VACUNO EN SALSAS CON VERDURITAS SALTEADAS MANZANA ASADA PAN BASAL PAN INTEGRAL	ALUBIAS BLANCAS CON VERDURA TAQUITOS DE ATÚN CONTOMATE FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	PISTO HUEVOS REVUELTOS CON PATATAS DADO POSTRE CASERO PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE COCIDO COCIDO COMPLETO FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE MARISCO SUPREMA DE BACALAO CONTOMATE CON PATATA PANADERA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	FIAMBRES MAGROS PICADO DE POLLO EN SALSAS CON ZANAHORIA SALTEADA FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL
Merienda	BEBIDA CALIENTE O BEBIDA FRIA CON GALLETAS O BOLLERIA ESTUCHADA						
Cena	PARRILLADA DE VERDURAS EMPANADA DE ATÚN CON TOMATE AL HORNO YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE PUERROS TORTILLA DE PATATAS CON VERDURITAS SALTEADAS YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABACÍN NATURAL PICADO DE POLLO EN SALSAS CON PURÉ DE PATATA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	SOPA DE PICADILLO RODAJA DE MERLUZA A LA ROMANA CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CROQUETAS DE POLLO CON LECHUGA EN JULIANA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE GUISANTES NATURAL PICADO DE CERDO EN SALSAS CON VERDURAS AL VAPOR FRUTA MADURA PAN BASAL PAN INTEGRAL	CREMA DE CALABAZA NATURAL ABADEJO ROMANA CON PATATA ASADA YOGURES PAN BASAL PAN INTEGRAL
Energía (Kcal.)	2.713 Kcal	3.007 Kcal	3.083 Kcal	2.506 Kcal	2.497 Kcal	2.650 Kcal	2.738 Kcal
Proteínas (g.)	P: 98	P: 104	P: 153	P: 78	P: 88	P: 110	P: 141
H. Carbono (g.)	HC: 330	HC: 337	HC: 328	HC: 321	HC: 286	HC: 330	HC: 268
Lípidos (g.)	L: 102	L: 132	L: 119	L: 92	L: 103	L: 91	L: 116

Nota:

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 R.D. 1420/2006.