

LUNES
MARTES
MIÉRCOLES
JUEVES
VIERNES
SABADO
DOMINGO
Desayuno

 Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería, fruta
o pan.

 Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería,
fruta o pan.

 Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería, fruta
o pan.

 Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería,
fruta o pan.

 Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería,
fruta o pan.

 Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería,
fruta o pan.

 Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería,
fruta, pan o churros.

Comida

 Lentejas caseras

Hamburguesa de
ternera en salsa
c/patata frita

 Ensalada Cesar

Musaka de ternera

 Callos con garbanzos

Merluza al horno c/
verduras

 Macarrones con
chorizo

Filete de pollo al
chilindrón con
patatas fritas

 Arroz caldoso

Caella en adobo
c/ensalada tomate

 Purrusalda

Ragout de ternera
con verduras

 Fideua

Pollo asado
c/ensalada de
tomate

**Menú
opcional**

 Guisantes con jamón

Tortilla de patatas c/
tomate rodaja

 Cardo salteado con
jamón

Salmon en paillote
con verduras

 Berenjena rebozada
con miel

Pechuga de pollo
empanada
c/ensalada

 Sopa de pasta

Salchichas al vino
con patatas fritas

 Champiñón al ajillo

San Jacobo casero
con ensalada de
tomate

 Lombarda con
manzana

Huevos fritos con
patatas

 Menestra de verduras

Hojaldre de setas y
queso

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

MENÚ OTOÑO-INVIERNO 2021 - 2022
Merienda

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

Cena

 Sopa castellana

Fogonero
encebollado c/
calabacín gratinado

 Crema de zanahorias

Lacón a la gallega
c/ patatas al vapor

 Brócoli gratinado

Redondo ternera en
salsa c/ arroz

 Judías verdes

Abadejo romana c/
ensalada

 Crema de calabaza

Huevos rellenos con
ensalada

 Sopa de fideos

Cinta de lomo c/
patatas fritas

 Crema de espinacas

Abadejo empanado
c/ ensalada

**Menú
opcional**

 Crema reina

Huevos dorados c/
calabacín gratinado

 Sopa de arroz

Bacalao en salsa
verde c/ espárragos

 Sopa de picadillo

Palometa menieur
c/arroz

 Crema de calabacín

Empanadillas y
croquetas caseras c/
ensalada

 Pisto

Chuleta de Sajonia
c/ensalada

 Coliflor rehogada
Merluza en salsa
verde con huevo
duro y guisantes

 Sopa de estrellas
Empanada de carne
c/ ensalada

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

 kcal: 1987
Prot:96,6
Lip:66,6
Gluc:249,3

 kcal: 2265,3
Prot: 87,2
Lip: 91,7
Gluc: 258,6

 kcal: 2093,7
Prot: 104
Lip: 102,7
Gluc: 223,4

 Kcal:2210
Prot:102,8
Lip:76,1
Gluc:255,5

 kcal: 1982
Prot:81,5
Lip:97,3
Gluc:188,7

 kcal: 2109,5
Prot:79,7
Lip:89,1
Gluc:259,6

 kcal: 1999
Prot: 89,2
Lip: 87,9
Gluc: 218,7

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

Desayuno

Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería, fruta
o pan.

Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería,
fruta o pan.

Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería, fruta
o pan.

Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería,
fruta o pan.

Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería,
fruta o pan.

Leche, café,
infusión, yogur o
zumo con galletas,
bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión,
yogur o zumo con
galletas, bollería, fruta,
pan o churros.

Comida

Patatas con choco
Huevos rotos con
bacón y patatas fritas

Sopa de cocido
Cocido completo

Espaguetis boloñesa
c/ queso
Pavo asado a la
naranja c/patatas al
horno

Judías Pintas con
arroz
Bacalao en salsa de
pimientos de piquillo
c/ patatas
panaderas

Paella valenciana
Redondo de ternera
c/ patatas fritas

Lentejas
Pimientos rellenos de
carne c/patatas al
horno

Patatas a la marinera
Bacalao en tomate c/
arroz

Menú
opcional

Brocoli gratinado
Salchichas al vino c/
patatas fritas

Judías verdes
Cinta de lomo con
patatas fritas

Crema de calabaza
Abadejo empanado
c/ patata al horno

Sopa de cebolla
Hamburguesa con
patata panadera

Coliflor rehogada
Revuelto de hongos
c/ patatas fritas

Crema de
espinacas
Fogonero en salsa
c/patatas al horno

Alcachofas con
jamón
San Jacobo c/arroz

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

MENÚ OTOÑO-INVIERNO 2021 - 2022

Merienda

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

Cena

Calabacín rebozado
Merluza al horno en
salsa con zanahoria
baby

Crema reina
Filete de pollo
empanado c/
tomate aliñado

Espinacas a la crema
Empanada con
ensalada

Crema de ave
natural
Caella en adobo
con ensalada de
tomate

Sopa de ajo
Tortilla española c/
ensalada de tomate

Menestra de
verduras
Pizza de Jamón y
Queso

Acelgas rehogadas
Cinta de Sajonia c/
ensalada

Menú
opcional

Sopa castellana
Filetes rusos en salsa
con zanahoria baby

Sopa de Verduras
Fogonero meunier c/
Fruta o yogur

Sopa juliana
Tortilla de york con
ensalada

Repollo rehogado
Lacón a la gallega
con patatas al vapor

Crema de zanahorias
Merluza rebozada
c/ensalada

Crema de
champiñón
Estofado de pavo
con patatas fritas

Sopa de arroz
Tiras de pollo
empanadas con
ensalada

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

kcal: 2206.7
Prot:81.6
Lip: 93.1
Gluc: 195.4

kcal: 2156.7
Prot: 95.3
Lip:75.8
Gluc: 201.6

kcal: 1975.6
Prot: 78.5
Lip:65.2
Gluc:216.8

kcal: 2289.4
Prot:95.6
Lip: 78.5
Gluc:212.5

kcal: 2100
Prot:86.6
Lip:86.8
Gluc:264,2

kcal: 2418.4
Prot:81.4
Lip:86.5
Gluc:301.5

kcal: 2097.6
Prot:89.1
Lip:85.4
Gluc:210.7

LUNES MARTES MIÉRCOLES JUEVES VIERNES SÁBADO DOMINGO

Desayuno

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta, pan o churros.

Comida

Crema de calabaza
Arroz a la cubana

Rissoto de hongos y jamón
Ragout de ternera en salsa c/ patatas fritas

Caracolas con chorizo
Merluza orly c/ mayonesa y ensalada

Patatas con carne
Filetes rusos de ternera c/ verduras

Lentejas estofadas
Abadejo empanado con ensalada

Guisantes con jamón
Pollo asado c/ patatas panaderas

Judías blancas estofadas
Salmón al horno con puré de patatas

Menú opcional

Judías verdes salteadas con jamón
Magro con tomate y patatas fritas

Sopa de cebolla
Abadejo empanado c/patata frita

Alcachofas con jamón
Empanada con ensalada de lechuga

Crema de espárragos
Estofado de pavo c/ verduras

Habas con jamón
Quiche loraine c/ ensalada

Pisto
Merluza a la vasca c/ patata panadera

Berenjena rebozada con miel
Escalopines en salsa con puré de patatas

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

MENÚ OTOÑO-INVIERNO 2021- 2022

Merienda

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

Cena

Sopa de lluvia
Croquetas y empanadillas c/ ensalada

Judías verdes con jamón
Tortilla de patatas con ensalada

Menestra de verduras
Cinta de lomo con patatas fritas

Sopa de estrellas
Bacalao a la vizcaína c/ patatas al vapor

Espinacas a la crema
Salchichas al vino c/ puré de patata

Sopa de fideos
Hamburguesa en salsa con zanahorias baby

Salteado de champiñón
Estofado de pavo con patata frita

Menú opcional

Repollo al pimentón c/ patatas
Hojaldre de setas y queso c/ ensalada

Sopa de picadillo c/ ensalada
Pechuga de pollo empanada c/ensalada

Crema de puerros
Fogonero meunier c/patatas fritas

Crema de champiñón natural
Tortilla de york c/ensalada

Arroz 3 delicias
Merluza al horno c/ensalada tomate

Coliflor al ajo arriero
Huevos rellenos c/ tomate aliñado

Crema de ave natural
Abadejo al limón con cachelos

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

kcal: 1998.3
Prot: 67.5
Lip:102.6
Gluc:183.7

kcal: 2345.6
Prot:70.4
Lip:86.9
Gluc:235.1

kcal: 2024.6
Prot:107,3
Lip:72,45
Gluc:228,7

kcal: 2052,1
Prot:116,4
Lip:87,8
Gluc:229,9

kcal: 2011.4
Prot: 86.8
Lip:71.5
Gluc:213.9

kcal: 2005.9
Prot:91.7
Lip:71.6
Gluc:201.4

kcal: 2112.6
Prot:99.9
Lip:83.4
Gluc:295.3

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
Desayuno	Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.	Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.	Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.	Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.	Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.	Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.	Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta, pan o churros.
Comida	Lombarda con manzana Carrillera de ternera c/ arroz	Lentejas Cinta de Sajonia c/ patatas al horno	Espirales gratinadas Salmón al horno c/ patatas ali-oli	Sopa de cocido Cocido madrileño	Paella mixta Huevos rotos con patatas fritas	Purrusalda Ragout de ternera con patatas asada	Judías pintas con arroz Hamburguesa en salsa c/ menestra de verduras
Menú opcional	Guisantes con jamón Merluza rebozada c/ ensalada Fruta de temporada	Acelgas rehogadas Bacalao a la vizcaina c/ patatas al horno Fruta de temporada	Crema de calabacín San jacobó c/ patatas ali-oli Postre casero	Ensalada cesar Maza asada c/ patatas fritas Fruta de temporada	Sopa de fideos Caella en adobo c/ tomate aliñado Fruta de temporada	Pisto manchego Sardinas flt. rebozada c/ ensalada Fruta de temporada	Crema de verduras Filete de pollo empanado c/ Postre casero

MENÚ OTOÑO-INVIerno 2021- 2022

Merienda	Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.						
Cena	Menestra de verduras Fogonero encebollado c/ensalada	Sopa de lluvia Fritos variados c/ensalada	Judías verdes Merluza al horno c/ tomate aliñado	Crema de espinacas Pescado a la plancha c/ ensalada	Sopa juliana Buñuelos de bacalao con ensalada	Crema de calabaza Empanada con ensalada	Sopa castellana Croquetas caseras c/ tomate y patatas fritas
Menú opcional	Sopa de ave Tortilla francesa c/patata frita Fruta o yogur	Crema de champiñón natura Quiche loraine c/ensalada Fruta o yogur	Crema de zanahoria Lacón c/patatas al vapor Fruta o yogur	Berenjena rebozada con miel Cinta de Sajonia c/patatas fritas Fruta o yogur	Guisantes con jamón Cinta de lomo c/ ensalada Fruta o yogur	Sopa de fideos Abadejo meunier c/ensalada Fruta o yogur	Hojaldre de espinacas Tortilla de patatas c/ tomate aliñado Fruta o yogur

kcal: 2198
Prot: 107,6
Lip:78
Gluc:284,5

kcal: 1927
Prot:75,6
Lip:72,7
Gluc:242,3

kcal: 2006
Prot:85,2
Lip:84,6
Gluc:220,6

kcal: 2301,5
Prot:109,8
Lip:80,6
Gluc:238,9

kcal: 1942
Prot:93,7
Lip:81,4
Gluc:211,5

kcal: 2148
Prot:85,4
Lip:78,1
Gluc:288,7

kcal: 2289,3
Prot:92,3
Lip:88,3
Gluc:281,2

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

Desayuno

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta o pan.

Leche, café, infusión, yogur o zumo con galletas, bollería, fruta, pan o churros.

Comida

Judías verdes
Redondo de ternera asado c/ patatas fritas

Patatas con costillas
Bacalao empanado c/ mayonesa y ensalada

Lentejas caseras
Albóndigas de ternera en salsa c/patata frita

Crema de calabaza
Codillo c/patatas al horno

Judías blancas estofadas
Merluza orly c/ tomate aliñado

Caracolas boloñesa
Pollo asado c/ patatas fritas

Sopa de pescado
Magro con tomate c/arroz

Menú opcional

Ensalada del chef
Fogonero en salsa c/ patatas

Guisantes con jamón
Filetitos rusos en tomate c/ patatas fritas

Pisto
Tiras de sepia rebozada con ensalada

Berenjena rebozada
Boquerones fritos c/ tomate aliñado

Crema de espárragos
Flamenquines c/ patatas fritas

Crema de espinacas
Tortilla francesa c/ tomate aliñado

Brocoli gratinado
Cinta de Sajonia c/patata frita

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Fruta de temporada

Postre casero

MENÚ OTOÑO-INVIERNO 2021- 2022

Merienda

Leche, infusión o zumo con galletas, o yogur.

Cena

Sopa de picadillo
Filete de merluza rebozado c/ ensalada

Crema de champiñón natural
Salchichas al vino c/ patatas fritas

Lombarda con manzana
Pollo plancha c/ ensalada

Sopa castellana
Abadejo meunier c/ arroz

Crema de ave
Cinta de lomo c/ ensalada de lechuga

Menestra de verduras
Caella en adobo c/ ensalada

Crema de calabaza
Pizza

Menú opcional

Crema de champiñón natural
Empanada de bonito c/ ensalada variada

Sopa de estrellas
Varitas de merluza c/ ensalada

Guisantes con jamón
Empanadillas c/ensalada

Alcachofas saledas con jamón
Hamburguesa en salsa c/ensalada

Acelgas rehogadas
Berenjenas rellenas c/ensalada

Vichyssoise
Lacón c/ patatas al vapor

Sopa de picadillo
Croquetas con tomate frito

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

Fruta o yogur

kcal: 2291
Prot:115,2
Lip:93,1
Gluc:232,6

kcal: 2354.1
Prot: 97.5
Lip:95.2
Gluc:234.3

kcal: 2190
Prot:120,7
Lip:69,3
Gluc:236,7

kcal: 1960
Prot:96,7
Lip:90,9
Gluc:189,7

kcal: 2191
Prot:102,8
Lip:108,3
Gluc:287,8

Kcal:2053
Prot:78
Lip:57
Gluc:302,8

Kcal:2227
Prot:102,3
Lip:86,2
Gluc:293,2