

MENÚS OTOÑO-INVIERNO 2024 y Sugerencia de cenas

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Lentejas caseras con verduras Filete merluza en salsa verde con patata cocida 1,4 Pan 1, lácteo 7 Revuelto con jamón y ensalada	Crema de zanahoria Estofado de ternera con pasta 1 Pan 1, fruta de temporada Sándwich mixto y ensalada tomate	Sopa de fideos 1 Pollo asado con arroz de verduras Pan 1, fruta de temporada Pescado al horno con patatas y guisantes	Crema de verduras Albóndigas caseras con patatas cocidas 1,3 Pan 1, fruta de temporada Arroz tres delicias	Menestra casera con huevo cocido 3 Espaguetis con atún 1,4 Pan 1, fruta de temporada Verdura con patata y huevo
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Crema de verduras Estofado de carne con pasta 1 Pan 1, fruta de temporada Tortilla de patatas con ensalada	Potaje de garbanzos Merluza en salsa de tomate con arroz de verduras 4 Pan 1, fruta de temporada Sopa de verduras y jamón asado	Sopa de pasta y verduras 1 Filete de pollo con patatas guisadas Pan 1, lácteo 7 Filete de salmón a la plancha con ensalada	Menestra con huevo 3 Pescado a la romana con ensalada 1,3,4 Pan 1, fruta de temporada Hamburguesa de lentejas	Crema de calabacín Tortilla de patata 3 Pan 1, fruta de temporada Pescado al horno con patatas
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Ensalada completa 3,4 Albóndigas caseras con arroz 1,3 Pan 1, fruta de temporada Filetes de pescado a la romana	Caldo gallego (verdura, patata, habas) Pescado al horno con patatas guisadas 4 Pan 1, fruta de temporada Tortilla con verduritas	Sopa de pasta y verduras 1 Empanada casera de pollo 1,3,7 Pan 1, lácteo 7 Crema de verduras y filetes de lomo	Judías verdes rehogadas Salchichas al vapor con patatas 12 Pan 1, fruta de temporada Pescado a la gallega	Arroz con tomate Merluza a la romana con ensalada 1,3,4 Pan 1, fruta de temporada Rollitos de pavo y humus con tortilla francesa
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Potaje de alubias Pizza casera con atún 1,4,7 Pan 1, fruta de temporada Ensalada con aceitunas y tacos de queso	Crema de zanahoria Churrasco con patatas cocidas Pan 1, fruta de temporada Revuelto de gambas	Crema de verduras Guiso de calamares con patata 14 Pan 1, fruta de temporada Pechuga de pollo con arroz	Sopa de pasta 1 Lomo al ajillo con arroz y verduras Pan 1, lácteo 7 Pescado al horno con guisantes y patata	Ensalada completa 3,4 Lentejas caseras Pan 1, fruta de temporada Pizza casera
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Sopa de fideos y verduras 1 Pescado al horno con patatas guisada 4 Pan 1, fruta de temporada Filetes de lomo con patatas	Ensalada completa 3,4 Filete ruso casero con arroz 1,3 Pan 1, lácteo 7 Lentejas vegetales	Judías verdes con huevo y patata cocida 3 Zancos de pollo asados con ensalada Pan 1, fruta de temporada Huevos revueltos con gambas	Potaje de garbanzos Albóndigas caseras con arroz de verduras 1,3 Pan 1, fruta de temporada Pasta con gambas	Croquetas con ensalada 1,3 Macarrones con atún 1,4 Pan 1, fruta de temporada Arroz con huevos y tomate (a la cubana)

1. Todos los menús son elaborados bajos en sal y grasas

2. Los menús son modificados en casos de alergia o intolerancia

3. Cumpliendo con el reglamento (EU) nº 1169/2011, las materias alérgicas que pueden contener nuestros platos y se indican al lado de cada uno de ellos son: 1: CEREALES, 2: CRUSTÁCEOS, 3: HUEVOS, 4: PESCADO, 5: CACAHUETES, 6; SOJA, 7: LÁCTEOS, 8; FRUTOS SECOS, 9: APIO, 10: MOSTAZA, 11: SÉSAMO, 12: SULFITOS, 13: ALTRAMUCES, 14: MOLUSCOS.