
















Menú EV 28 junio-30 julio

MENÚ TRITURADO

































| | | |
|--------------|--|---|
| Lunes 28 | Puré de patata, zanahoria, tomate, puerro y pollo. Fruta triturada | |
| Martes 29 | Puré de patata, zanahoria, calabaza y pescado. Postre lácteo |   |
| Miércoles 30 | Puré de patata, zanahoria, judías verdes y ternera. Fruta triturada | |
| Jueves 1 | Puré de patata, zanahoria, cebolla, lechuga y pescado. Fruta triturada |  |
| Viernes 2 | Puré de lentejas a la riojana (patata, zanahoria, cebolla, tomate, chorizo) Fruta triturada | |
| Lunes 5 | Puré de patata, zanahoria, tomate, puerro y pollo. Fruta triturada | |
| Martes 6 | Puré de patata, zanahoria y pescado. Postre lácteo |   |
| Miércoles 7 | Puré de patata, zanahoria, cebolla, judías verdes y ternera. Fruta triturada | |
| Jueves 8 | Puré de patata, zanahoria, calabacín, guisantes y pescado. Fruta triturada |  |
| Viernes 9 | Puré de potaje de garbanzos (garbanzos, patata, cebolla, ajo, pan) Fruta triturada |   |
| Lunes 12 | Puré de patata, zanahoria, calabacín, guisantes y pollo. Fruta triturada | |
| Martes 13 | Puré de patata, zanahoria, tomate, puerro y pescado. Postre lácteo |   |
| Miércoles 14 | Puré de patata, zanahoria, judías verdes y ternera. Fruta triturada | |
| Jueves 15 | Puré de patata, zanahoria, cebolla, lechuga y pescado. Fruta triturada |  |
| Viernes 16 | Puré de lentejas con verduras (patata, zanahoria, cebolla, tomate, ajo) Fruta triturada | |
| Lunes 19 | Puré de patata, zanahoria, cebolla, judías verdes y pollo. Fruta triturada | |
| Martes 20 | Puré de patata, zanahoria, calabaza y pescado. Postre lácteo |   |
| Miércoles 21 | Puré de patata, zanahoria, judías verdes y ternera. Fruta triturada | |
| Jueves 22 | Puré de patata, zanahoria, cebolla, lechuga y pescado. Fruta triturada |  |
| Viernes 23 | Puré de potaje de garbanzos (garbanzos, patata, cebolla, ajo, pan) Fruta triturada |   |
| Lunes 26 | Puré de patata, zanahoria, tomate, puerro y pollo. Fruta triturada | |
| Martes 27 | Puré de patata, zanahoria y pescado. Postre lácteo |   |
| Miércoles 28 | Puré de patata, zanahoria, cebolla, judías verdes y ternera. Fruta triturada | |
| Jueves 29 | Puré de patata, zanahoria, calabacín, guisantes y pescado. Fruta triturada |  |
| Viernes 30 | Puré de alubias estofadas (patata, zanahoria, ajo, cebolla, judía verde). Fruta triturada |  |



















Pescados utilizados: merluza, rape, bacalao y lenguado.

Estamos trabajando conjuntamente con la Consultoría Nutricional Cesnut para ofrecerles la máxima calidad dietética de nuestros menús. Para cualquier duda sobre el menú contacte con nuestro equipo de dietistas - nutricionistas a: info@cesnut.com

MENÚ GENERAL

| LUNES 28 Monday | MARTES 29 Tuesday | MIÉRCOLES 30 Wednesday | JUEVES 1 Thursday | VIERNES 2 Friday |
|---|--|--|--|--|
| <p>Arroz a la cubana (huevo, tomate)</p>  <p>Ensalada mixta (espárragos, tomate, zanahoria)</p> | <p>Sopa de letras (pasta, pescado)</p>   <p>Lenguado con guarnición de patata</p>  | <p>Crema de verduras (zanahoria, patata, acelgas, judías verdes...)</p> <p>Longanizas con pisto (longaniza de cerdo, tomate, cebolla, pimiento)</p> | <p>Macarrones boloñesa (ternera-magro, tomate, cebolla, queso)</p>   <p>Empanadillas de atún (tomate, atún, harina, huevo)</p>    | <p>Lentejas a la riojana (patata, zanahoria, cebolla, tomate, chorizo)</p> <p>Lama de Pavo y guarnición de calabacín</p>  |
| Fruta | Helado  | Fruta | Fruta | Fruta |
| LUNES 5 Monday | MARTES 6 Tuesday | MIÉRCOLES 7 Wednesday | JUEVES 8 Thursday | VIERNES 9 Friday |
| <p>Puré de guisantes (guisantes, patata)</p> <p>Pollo a la plancha con guarnición de patatas</p> | <p>Tiburones champi (queso, tomate, cebolla, champiñón, bacon)</p>   <p>Bacalao al horno con guarnición de calabacín</p>  | <p>Crema de verduras (zanahoria, patata, espinacas, acelgas, judías verdes...)</p> <p>Carne picada con tomate (ternera-magro)</p> <p>con ensalada de lechuga y remolacha</p> | <p>Arroz con acelgas (jamón, acelgas, alubias, cebolla, tomate)</p> <p>Merluza con ensalada de lechuga y maíz</p>  | <p>Potaje de garbanzos (garbanzos, patata, espinaca, tomate, cebolla, ajo, pan)</p>  <p>Queso fresco con tomate y orégano</p>  |
| Fruta | Helado  | Fruta | Fruta | Fruta |
| LUNES 12 Monday | MARTES 13 Tuesday | MIÉRCOLES 14 Wednesday | JUEVES 15 Thursday | VIERNES 16 Friday |
| <p>Puré de verduras (patata, zanahoria, puerro)</p> <p>Longanizas con pisto (longaniza de cerdo, tomate, cebolla, pimiento)</p>  | <p>Tallarines gratinados (queso, tomate, cebolla)</p>   <p>Merluza con salsa verde (ajo, cebolla, perejil)</p>    | <p>Arroz tres delicias (jamón de york, guisantes, zanahoria, huevo)</p>   <p>Ensalada Mixta (lechuga, tomate, zanahoria, maíz)</p> | <p>Sopa de pescado (fideos, pescado)</p>   <p>Albóndigas de bacalao (bacalao, patata, ajo perejil, huevo) con ensalada de lechuga y tomate</p>   | <p>Lentejas con verduras (patata, zanahoria, cebolla, tomate, ajo)</p> <p>Lama de pavo a la plancha con calabacín</p>  |
| Fruta | Helado  | Fruta | Fruta | Fruta |

| LUNES 19 Monday | MARTES 20 Tuesday | MIÉRCOLES 21 Wednesday | JUEVES 22 Thursday | VIERNES 23 Friday |
|---|---|--|---|--|
| <p>Crema de verduras (patata, zanahoria, espinacas, judías verdes...)</p> <p>Albóndigas a la jardinera (ternera, tomate, cebolla, zanahoria, harina, huevo)</p>  | <p>Sopa de verduras con fideos (caldo vegetal, fideos)</p>  <p>Rape al horno en salsa (cebolla y tomate natural)</p>  | <p>Caracolas a la marinera (queso, tomate, cebolla, atún)</p>  <p>Tortilla francesa con queso y guarnición de lechuga y zanahoria</p>  | <p>Ensalada de atún y patata (patata, tomate, atún)</p>  <p>Merluza en salsa de tomate (pescado, tomate, cebolla, orégano)</p>  | <p>Potaje de garbanzos (garbanzos, patata, espinaca, tomate, cebolla, ajo, pan)</p>  <p>Queso fresco con tomate y orégano</p>  |
| Fruta | Helado | Fruta | Fruta | Fruta |
| |  | | | |
| LUNES 26 Monday | MARTES 27 Tuesday | MIÉRCOLES 28 Wednesday | JUEVES 29 Thursday | VIERNES 30 Friday |
| <p>Ensalada mixta (lechuga, tomate, zanahoria, pepino)</p> <p>Paella valenciana caldosa (arroz, judía verde, garraón, pollo)</p> | <p>Puré de verduras (patata zanahoria, cebolla)</p> <p>Albóndigas de bacalao (bacalao, patata, ajo perejil, huevo)</p> <p>con ensalada de lechuga y tomate</p>  | <p>Espaguetti o tallarines gratinados (queso, tomate, cebolla)</p>  <p>Pollo a la plancha con patatas fritas</p> | <p>Sopa de letras (pasta, pescado)</p>  <p>Lenguado con guarnición de patata</p>  | <p>Alubias estofadas (patata, zanahoria, ajo, cebolla, tomate, judía verde)</p> <p>Empanadillas de atún (tomate, atún, harina, huevo)</p>  |
| Fruta | Helado | Fruta | Fruta | Fruta |
| |  | | | |



* Los platos pueden contener trazas u otros alérgenos por contaminación cruzada.