



1º - 12º

2023/ 24



Menú bajo supervisión nutricionista externa y elaborado en nuestra cocina.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes 1
Febrero	Febrero	Febrero	Febrero	Sopa de cocido Ensalada de garbanzos **** Cocido madrileño Mero al horno con judías verdes Postre lácteo o fruta
Lunes 4	Martes 5	Miércoles 6	Jueves 7	Viernes 8
Sopa de fideos Crema de lentejas **** Ragout de ternera Bacalao encebollado con judías verdes Arroz con leche o fruta	Judías blancas con chorizo Garbanzos salteados con lacón **** Lomo empanado con espinacas Filete de lenguado con espinacas Postre lácteo o fruta	Arroz con verduras Acelgas rehogadas **** Pechuga de pollo a la plancha con ensalada Gallo a la plancha con lechuga y tomate Postre lácteo o fruta	Fideuá de marisco Lombarda al vapor **** Tortilla española con rodajas de tomate Merluza al horno con lombarda al vapor Postre lácteo o fruta	Garbanzos castellanos Pisto manchego **** Jamoncitos de pavo con ensalada Salmón a la plancha con brócoli al vapor Postre lácteo o fruta
Lunes 11	Martes 12	Miércoles 13	Jueves 14	Viernes 15
Crema de calabaza Zanahorias al vapor **** Albóndigas guisadas con puré Filete de merluza a la plancha con arroz Postre lácteo o fruta	Arroz milanesa Pisto manchego **** Pollo al curry con judías verdes Bacalao a la riojana Postre lácteo o fruta	Espaguetis carbonara Ensaladilla rusa **** Ternera guisada con champiñones Salmón con lechuga y tomate Natillas o fruta	Día de la sopa 	Lentejas caseras Ensalada de judías blancas **** Tortilla de gambas con tomate natural Croquetas de bacalao con tomate natural Postre lácteo o fruta
Lunes 18	Martes 19	Miércoles 20	Jueves 21	Viernes 22
Festivo	Fideuá de marisco Ensalada de lentejas **** Tortilla de jamón con repollo rehogado Merluza empanada con repollo rehogado Postre lácteo o fruta	Sopa de fideos Repollo rehogado **** Cocido madrileño Mero al horno con quinoa Postre lácteo o fruta	Judías blancas con verdura Coliflor con bechamel **** Hamburguesa con patatas fritas Lomos de bacaladitos con patatas fritas Natillas o fruta	Macarrones con chorizo Salmorejo **** Jamoncitos de pavo con ensalada Salmón a la plancha con brócoli al vapor Postre lácteo o fruta
Lunes 25	Martes 26	Miércoles 27	Jueves 28	Viernes 29
	Vacaciones de semana santa Festivo	Vacaciones de semana santa Festivo	Vacaciones de semana santa Festivo	Vacaciones de semana santa Festivo

Marzo

El buffet de ensaladas está compuesto por tomate, maíz, pepino, zanahoria y lechuga.

Platos hervidos: con caldo de verdura y aceite de girasol. Platos asados: pieza entera al horno. Todas las legumbres se elaboran de forma tradicional hervidas.

La fruta y yogures se servirán a diario incluidos los días con natillas y arroz con leche (manzana, pera, naranja, plátano) en temporada contarán con melón, sandía y mandarina.

