



1º - 12º

2023/ 24

CSM



Menú bajo supervisión nutricionista externa y elaborado en nuestra cocina.

Lunes	Martes	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3
Abril	Abril	Festivo	Festivo	Festivo
Lunes 6	Martes 7	Miércoles 8	Jueves 9	Viernes 10
Ensalada de berenjenas y tomate Crema de verduras **** Albóndigas con puré Bacalao encebollado con judías verdes Postre lácteo o fruta	Arroz milanés Pisto manchego **** Lomo asado con guisantes Filete de lenguado con guisantes Postre lácteo o fruta	Judías blancas con chorizo Ensalada de garbanzos con hortalizas **** Pollo a la plancha con quinoa y menestra Bonito con tomate y quinoa con menestra Postre lácteo o fruta	Macarrones carbonara Brócoli al vapor **** Tortilla española Merluza al horno con brócoli al vapor Arroz con leche o fruta	Judías verdes Crema de zanahoria **** Delicias de jamón con champiñones Mero al horno con gambas y almejas Postre lácteo o fruta
Lunes 13	Martes 14	Miércoles 15	Jueves 16	Viernes 17
Lentejas caseras Judías blancas con chorizo **** Jamoncitos de pollo al horno con judías verdes Merluza rebozada con judías verdes Postre lácteo o fruta	Espaguetis boloñesa Brócoli rehogado **** Ternera guisada con ensalada de arroz Salmón con ensalada de arroz Postre lácteo o fruta	Festivo	Arroz con verduras Espinacas a la crema **** Lomo empanado con lechuga Merluza a la plancha con lechuga Postre lácteo o fruta	Pisto manchego Acelgas rehogadas **** Salchichas con patatas asadas Lenguado al horno con gambas y mejillones Postre lácteo o fruta
Lunes 20	Martes 21	Miércoles 22	Jueves 23	Viernes 24
Garbanzos salteados con verduras Espinacas al ajillo **** Lomo asado con arroz Empanadillas de atún con ensalada Natillas o fruta	Fideuá de marisco Ensalada de lentejas **** Tortilla de jamón con brócoli al vapor Merluza al horno con brócoli al vapor Postre lácteo o fruta	Gazpacho Ensalada de tomate y espárragos **** Delicias de jamón y queso Gallo a la plancha con quinoa Ensalada de frutas	Crema de boniato Coliflor con bechamel **** Hamburguesa con patatas fritas Lomos de bacaladitos con lechuga Postre lácteo o fruta	Macarrones con chorizo Salmorejo **** Jamoncitos de pavo con ensalada Salmón a la plancha con brócoli al vapor Postre lácteo o fruta
Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30	Viernes 31
Festivo	Garbanzos con lacón Crema de lentejas **** Croquetas de jamón Ensaladilla rusa con bonito Postre lácteo o fruta	Crema de batata Coles de bruselas con jamón **** Jamoncitos de pollo al horno con patatas Mero en salsa verde con patatas al vapor Postre lácteo o fruta	Espaguetis boloñesa Menestra de verdura **** Ragout de ternera con champiñones Merluza al horno con champiñones Postre lácteo o fruta	Sopa de fideos Gazpacho andaluz **** Tortilla de gambas con coliflor Salmón a la plancha con coliflor Ensalada de frutas

Mayo

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.