

MENÚ Otoño-Invierno 2022 · DIETA BASAL SEMANA 1 Del 28/11 al 4/Diciembre



		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMIINGO
COMIDA / ALMUERZO	PRIMERO	GARBANZOS ESTOFADOS ARROZ A LA CAZUELA	VICHYSOISE HABAS A LA CATALANA	ESPAGUETIS A LA BOLOÑESA CREMA DE PUERROS	VERDURAS SALTEADAS CON ROMESCO LENTEJAS ESTOFADAS	PATATAS ESTOFADAS CON CARNE Y VERDURAS MENESTRA DE VERDURAS AL VAPOR	GUISANTES SALTADOS CON JAMON ACELGAS SALTEADAS	ARROZ A LA CUBANA SOPA DE CEBOLLA
	SEGUNDO	BERENJENA RELLENA DE CARNE DE POLLO PICADA Y CEBOLLA CARAMELIZADA CAZON A LA PLANCHA CON PATAS PANADERAS	MERLUZA REBOZADA CON ENSALADA PAVO A LA PLANCHA CON VERDURITAS	MUSLO DE POLLO AL HORNO CON ENSALADA RAPE A LA PLANCHA CON ENSALADA	ALMONDIGAS A LA JARDINERA TORTILLA DE PATATAS Y CEBOLLA CON ENSALADA	MUSLOS DE POLLO AL HORNO CON CIRUELAS MERLUZA AL LIMON	BACALAO CON SAMFAINA FRICANDO DE TERNERA EN SALSA CON PATATAS	CARRILLERAS DE CERDO CON PURE DE PATATA MUSLOS DE POLLO AL HORNO CON VERDURITAS
	POSTRE	FRUTA GELATINA	MANZANA AL HORNO YOGURT	FRUTA LAN CASERO	FRUTA YOGURT	PIÑA EN SU JUGO FRUTA	FRUTA YOGURT	PROFITEROLES DE CHOCOLATE FRUTA

CENA	PRIMERO	SOPA DE CALDO CON PISTONES CREMA DE GUISANTES CON VIRUTAS DE JAMON	PARRILLADA DE VERDURAS CREMA DE CALABAZA	CREMA DE ZANAHORIA CON PICATOSTES ESCALIVADA	SOPA DE PICADILLO JUDIA VERDE CON PATATA	SOPA DE CALDO CON ARROZ ESPINACAS A LA CATALANA	CREMA DE VERDURAS SOPA DE CALDO CON FIDEOS	CREMA DE BROCOLI CALABACIN CON QUESO GRATINADO
	SEGUNDO	TORTILLA A LA PAISANA CON ENSALADA CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA	TORTILLA DE BERENJENA CON ENSALADA DE TOMATE MUSLO DE POLLO A LA CERVEZA CON ENSALADA	MERLUZA AL HORNO CON VERDURAS ESTOFADO DE PAVO	HUEVOS RELLENOS DE ATUN CON PISTO PECHUGA DE POLLO AL HORNO CON CALABACIN	EMPANADILLAS DE ATUN AL HORNO CON ENSALADA HUEVOS DUROS CON BECHAMEL Y ENSALADA	SALCHICHAS AL HORNO CON ENSALADA ROLLOS DE JAMON DULCE Y QUESO CON ENSALADA DE TOMATE	PAN CON TOMATE Y SURTIDO DE EMBUTIDOS CON ENSALADA TORTILLA DE CHAMPIÑONES CON ENSALADA
	POSTRE	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	YOGURT FRUTA	FRUTA YOGURT	GELATINA FRUTA	FRUTA YOGURT