

MENÚ Otoño-Invierno 2026 · DIETA BASAL SEMANA 3

Del 19 al 25 de octubre



		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMIINGO
COMIDA / ALMUERZO	PRIMERO	ESCUDELLA ESCALIVADA	FIDEUA PATATAS A LA RIOJANA	LENTEJAS ESTOFADAS ACELGAS A LA NATA	BROCOLI CON ZANAHORIA Y PATATA GARBANZOS ESTOFADOS	ARROZ A LA CUBANA HABAS A LA CATALANA	CREMA DE GUISANTES CON VIRUTAS DE JAMON CANELONES	MACARRONES CON SALSA DE TOMATE GRATINADO VERDURAS A LA BRASA
	SEGUNDO	CARN D'OLLA SUPREMA DE SALMON CON VERDURAS	PESCADO GUIADO CON GUISANTES Y PATATAS ESCALOPINES EN SALSA CON PURE DE PATATA	ALBONDIGAS A LA JARDINERA PECHUGA DE POLLO REBOZADA CON PATATAS FRITAS	BACALAO CON SAMFAINA COSTILLAS A LA MIEL CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y PURE DE PATATA	MUSLOS DE POLLO AL HORNO CON CIRUELAS RAPE REBOZADO CON PATATAS FRITAS	PESCADO BLANCO AL VAPOR CON VERDURITAS CONEJO AL AJILLO CON PATATAS	MUSLO DE POLLO AL HORNO CON VERDURAS CALAMARES A LA ROMANA CON ENSALADA
	POSTRE	MACEDÓNIA DE FRUTA FRUTA	FLAN CASERO FRUTA	FRUTA YOGURT	FRUTA TARTA DE TIRAMISU CASERA	MANZANA AL HORNO YOGURT	FRUTA YOGURT	MOUSSE DE CHOCOLATE FRUTA

CENA	PRIMERO	CREMA DE CALABACIN ACELGAS A LA CREMA	CREMA DE VERDURAS SOPA CASTELLANA	CREMA DE CALABAZA VERDURAS A LA BRASA	CREMA DE VERDURAS SOPA DE PESCADO	CREMA DE LEGUMBRES PARRILLADA DE VERDURAS	SOPA DE CALDO CON ESTRELLITAS BROCOLI SALTEADO CON AJO	CREMA DE VERDURAS RATAUILLE DE VERDURAS
	SEGUNDO	CROQUETAS DE BACALAO CON ENSALADA TORTILLA DE CALABACIN CON VERDURITAS	MUSLOS DE POLLO AL HORNO CON PATATA TORTILLA DE JAMON CON VERDURITAS	TORTILLA FRANCESA CON ENSALADA SAN JACOBO CON TOMATE ALIÑADO	PESCADO AL HORNO CON VERDURITAS PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON TOMATE ALIÑADO	EMPANADILLAS DE ATUN AL HORNO CON ENSALADA TORTILLA DE CALABACIN CON ENSALADA	CROQUETAS DE JAMON CON ENSALADA SALCHICHAS AL HORNO CON PATATAS CHIPS	TORTILLA FRANCESA CON TOMATE ALIÑADO PAN CON TOMATE Y SURTIDO DE EMBUTIDOS CON ENSALADA
	POSTRE	GELATINA YOGURT	FRUTA YOGURT	YOGURT FRUTA	FRUTA YOGURT	GELATINA FRUTA	YOGURT FRUTA	FRUTA YOGURT