LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
DIA 5	DIA 6	DIA 7	DIA 8	DIA 9
DIAS	LENTEJAS ESTOFADAS CON VERDURA	JUDÍAS VERDES SALTEADAS CON JAMÓN	CREMA DE PUERROS Y ZANAHORIAS	FIDEUÁ ALICANTINA, JUDÍA VERDE,
	TORTILLA CON FIAMBRE DE PAVO Y	HAMBURGUESA CON TOMATE Y PATATAS	PALOMETA CON TOMATE Y PATATAS	CALAMAR Y TOMATE
	ENSALADA DE LECHUGA	FRITAS	PANADERA	BROCHETA DE POLLO PLANCHA CON
	FRUTA - PAN	FRUTA - PAN	FRUTA Y LECHE - PAN INTEGRAL	FRUTA - PAN
FIFCEA	• • • • •			0.0
FIESTA	ENERGIA (Kcal.) 613 PROTEINAS (g.) 28	PROTEINAS (g.) 762	ENERGIA (Kcal.) 615 PROTEINAS (g.) 37	ENERGIA (Kcal.) 659 PROTEINAS (q.) 35
	GRASA (g.) 21	GRASA (g.) 34	GRASA (g.) 17	PROTEINAS (g.) 35 GRASA (g.) 20
	H. CARBONO (g.) 77	H. CARBONO (g.) 88	H. CARBONO (g.) 119	H. CARBONO (g.) 85
	CENA —	CENA	CENA	CENA —
	LOMBARDA CON MANZANA	ENSALADA CAMPERA	SOPA DE PASTA	CREMA DE CALABAZA
	FILETE DE TERNERA CON PATATAS YOGUR - PAN	TRUCHA AL HORNO FRUTA - PAN	CINTA DE LOMO PLANCHA CON ENSALADA YOGUR - PAN	BACALAO AL HORNO FRUTA - PAN
DIA 12	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16
CODITOS GRATINADOS CON TOMATE Y	SOPA DE VERDURAS CON ARROZ	JUDÍAS BLANCAS ESTOFADAS CON	CREMA DE ZANAHORIA	PATATAS CON CHORIZO
QUESO	RAGOUT DE MORCILLO CON PATATAS	VERDURAS Y CHORIZO	FRITURA DE PESCADO CON LECHUGA,	HUEVOS CON TOMATE, ARROZ BLANCO
MERLUZA MARINERA CON ENSALADA DE LECHUGA Y ACEITUNAS	FRITAS FRUTA Y LECHE - PAN	JAMONCITOS DE POLLO CON ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE	TOMATE Y MAIZ FRUTA - PAN	Y CHAMPIÑON FRUTA - PAN
YOGUR - PAN	PROTA I LECTE - PAIN	FRUTA - PAN	PROTA - PAIN	FRUIA - PAIN
ENERGIA (Kcal.) 760	ENERGIA (Kcal.) 671	0.0	ENERGIA (Kcal.) 621	ENERGIA (Kcal.) 657
PROTEINAS (g.) 35	PROTEINAS (g.) 27	PROTEINAS (g.) 622	PROTEINAS (g.) 23	PROTEINAS (g.) 18
GRASA (g.) 28 H. CARBONO (g.) 91	GRASA (g.) 25 H. CARBONO (g.) 84	GRASA (g.) 19	GRASA (g.) 27 H. CARBONO (g.) 73	GRASA (g.) 28
(9.)	13.7	H. CARBONO (g.) 81	137	H. CARBONO (g.) 96
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
ESPÁRRAGOS CON SALSA ROSA FILETE DE TERNERA CON PATATAS	ENSALADA MIXTA LENGUADO EN SALSA	CHAMPIÑONES AL AJILLO EMPERADOR AL LIMÓN	SOPA DE PESCADO SALCHICHAS FRESCAS ENCEBOLLADAS	CREMA DE PUERROS MERLUZA AL HORNO
FRUTA - PAN	FRUTA - PAN	YOGUR - PAN	FRUTA - PAN	FRUTA - PAN
DIA 19	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23
ESPAGUETIS CARBONARA	SOPA DE COCIDO CON FIDEOS	PAELLA VALENCIANA CON POLLO Y	CREMA DE CALABAZA, PATATA Y PUERRO	JUDÍAS PINTAS CON VERDURAS
ABADEJO EMPANADO CON ENSALADA DE	COCIDO MADRILEÑO CON GARBANZOS,	VERDURAS	TORTILLA DE PATATA CON ENSALADA DE	CONTRA DE POLLO EN PEPITORIA CON
LECHUGA Y ACEITUNAS	MORCILLO, CHORIZO Y PATATA	MERLUZA EN SALSA VERDE CON PATATAS AL VAPOR	LECHUGA	ARROZ BLANCO
FRUTA - PAN	FRUTA Y LECHE - PAN	YOGUR - PAN	FRUTA Y QUESITO - PAN	FRUTA - PAN
ENERGIA (Kcal.) 680	ENERGIA (Kcal.) 670	ENERGIA (Kcal.) 718	ENERGIA (Kcal.) 620	ENERGIA (Kcal.) 659
PROTEINAS (g.) 35	PROTEINAS (g.) 25	PROTEINAS (g.) 35	PROTEINAS (g.) 20	PROTEINAS (g.) 32
GRASA (g.) 20 H. CARBONO (g.) 91	GRASA (g.) 19 H. CARBONO (g.) 99	GRASA (g.) 23 H. CARBONO (g.) 91	GRASA (g.) 26 H. CARBONO (g.) 77	GRASA (g.) 14
13-7		137	(3-)	H. CARBONO (g.) 103
CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
ALCACHOFAS SALTEADAS RAGOUT DE TERNERA CON TOMATE	PURE DE VERDURAS CABALLA EN ESCABECHE CON TOMATE NATURAL	VERDURAS ASADAS SALCHICHAS DE PAVO CON PATATAS	SOPA DE PASTA CALAMAR A LA PLANCHA	ESPÁRRAGOS A LA PLANCHA MERLUZA AL HORNO
FRUTA - PAN	FRUTA - PAN	FRUTA - PAN	FRUTA - PAN	FRUTA - PAN
DIA 26	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30
ESPIRALES TRICOLOR SALTEADOS CON	CREMA DE CALABACÍN	LENTEJAS CON VERDURAS Y ARROZ	SOPA DE PICADILLO, FIDEO, JAMÓN	PANACHÉ DE VERDURAS CON TOMATE Y
BACON MERLUZA AL LIMÓN CON ENSALADA DE	MAGRO CON TOMATE Y PATATAS FRITAS	FOGONERO AL HORNO CON	SERRANO, PAVO Y HUEVO	PAVO ESCALOPE DE POLLO CON PATATAS FRITAS
LECHUGA, TOMATE Y MAIZ	FRUTA - PAN INTEGRAL	ZANAHORIAS BABY GELATINA DE FRESA - PAN	ALBONDIGAS DE TERNERA JARDINERA FRUTA - PAN	FRUTA Y LECHE - PAN
FRUTA - PAN		VERNINA DE INCOA - PAIN	TIME TAN	TROIA I LEGIL FRAN
ENERGIA (Kcal.) 702	ENERGIA (Kcal.) 832	ENERGIA (Kcal.) 663	ENERGIA (Kcal.) 584	ENERGIA (Kcal.) 755
PROTEINAS (g.) 27	PROTEINAS (g.) 22	PROTEINAS (g.) 29	PROTEINAS (g.) 27	PROTEINAS (g.) 29
GRASA (g.) 23 H. CARBONO (g.) 97	GRASA (g.) 42 H. CARBONO (g.) 90	GRASA (g.) 14 H. CARBONO (g.) 104	GRASA (g.) 24 H. CARBONO (g.) 61	GRASA (g.) 35 H. CARBONO (g.) 81
10 to				
CENA ——	CENA —	CENA ——	CENA ——	CENA —
JUDÍAS VERDES CON TOMATE HAMBURGUESA CON PATATAS PANADERA	ENSALADA CON MAÍZ Y ZANAHORIA SALMÓN A LA PLANCHA	BERENJENA PLANCHA POLLO AL CHILINDRÓN CON PATATAS	CREMA DE TOMATE SARDINAS FRITAS	ENSALADA DE LECHUGA CON TOMATE MERO A LA VIZCAÍNA
FRUTA - PAN	FRUTA - PAN	YOGUR - PAN	FRUTA - PAN	FRUTA - PAN
				0.0000000000000000000000000000000000000
	000000000			
		00 00 00	00 00 00	00 00 00
	0.0	0.0	0.6	0.0
	• • • •	0.0	0.0	0.0
			00 00 00	
		••••••	• • • • • • • • •	
			*******	*******

ALERGENOS: El personal de Hotaza pone a su disposición, información relativa a alérgenos. En cumplimiento del reglamento UE 1169/2011, así como en nuestra web www.hotaza.com

ESTUDIO COMPARATIVO	ENERGÍA (Kcal.)	PROTEINAS (g.)	GRASA (g.)	H. CARBONO (g.)
Recomendación diaria (U.C.M.)	2000	12-15%	30-35%	50-60%
Recomendación comida - 30-35%	600-700	12-15%	30-35%	50-60%
Aporte menú HOTAZA	677	16%	32%	52%



MENÚ SIN GLUTEN

DÍA	MENÚ	CENAS
5	VACACIONES	VACACIONES
6	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Sopa de pasta sin gluten Merluza en salsa verde Fruta - Pan
7	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
8	Crema de puerros y zanahorias Palometa con tomate y patatas panadera Fruta y Leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
9	Fideuá sin gluten, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalda de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
12	Pasta sin gluten con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
14	Judias blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Yogur - Pan
15	Crema de zanahoria Pescadilla plancha con lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
16	Patatas con verduras y jamon Huevos con tomate, arroz blanco y champiñon Fruta - Pan	Crema de puerros Merluza al horno Fruta - Pan
19	Pasta sin gluten con tomate Abadejo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
20	Sopa de cocido con fideos sin gluten Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y Leche - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
21	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Yogur - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
22	Crema de calabaza, patata y puerro Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta y Quesito - Pan	Sopa de pasta sin gluten Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
23	Judias pintas con verduras Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Merluza a la plancha Fruta - Pan
26	Pasta sin gluten salteada con bacon Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Judías verdes con tomate Costillas asadas Fruta - Pan
27	Crema de calabacin y patatas Magro con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada con maiz y zanahoria Redondo de ternera asado Yogur - Pan
28	Lentejas con verduras y arroz Fogonero al horno con zanahorias baby Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur - Pan
29	Sopa de picadillo, fideo sin gluten y jamón serrano Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
30	Panache de verduras con tomate y pavo Pollo estofado con arroz integral Fruta y leche - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Fruta - Pan



ABRIL MENÚ SIN HUEVO

DÍA	MENÚ	CENAS
5	VACACIONES	VACACIONES
6	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento Filete de ternera con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Sopa de pasta Merluza en salsa verde Fruta - Pan
7	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera (sin huevo) Trucha al horno Fruta - Pan
8	Crema de puerros y zanahorias Palometa con tomate y patatas panadera Fruta y Leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
9	Fideuá sin huevo, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalda de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
12	Pasta sin huevo con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur - Pan	Espárragos a la vinagreta Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
14	Judias blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Yogur - Pan
15	Crema de zanahoria Pescadilla plancha con lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
16	Patatas con verduras y jamon Filete de ternera, arroz blanco y champiñon Fruta - Pan	Crema de puerros Merluza al horno Fruta - Pan
19	Pasta sin huevo con tomate Abadejo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
20	Sopa de cocido con fideos sin huevo Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta y Leche - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
21	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Yogur - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
22	Crema de calabaza, patata y puerro Hamburguesa con ensalada de lechuga Fruta y Quesito - Pan	Sopa de pasta Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
23	Judias pintas con verduras Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Merluza a la plancha Fruta - Pan
26	Pasta sin huevo salteada con bacon Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Judías verdes con tomate Costillas asadas Fruta - Pan
27	Crema de calabacin Magro con tomate y patatas fritas Fruta - Pan integral	Ensalada con maiz y zanahoria Redondo de ternera asado Yogur - Pan
28	Lentejas con verduras y arroz Fogonero al horno con zanahorias baby Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur - Pan
29	Sopa de picadillo, fideo sin huevo y jamón serrano Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
30	Panache de verduras con tomate y pavo Pollo estofado con arroz integral Fruta y leche - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Fruta - Pan



MENU SIN PLV

DÍA	MENÚ	CENAS
5	VACACIONES	VACACIONES
6	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Sopa de pasta Merluza en salsa verde Fruta - Pan
7	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
8	Crema de puerros y zanahorias Palometa con tomate y patatas panadera Fruta - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
9	Fideuá alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalda de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur de soja - Pan
12	Coditos con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Espárragos con vinagreta Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
14	Judias blancas estofadas con verduras Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Yogur de soja - Pan
15	Crema de zanahoria Pescadilla plancha con lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
16	Patatas con verduras y jamon Huevos con tomate, arroz blanco y champiñon Fruta - Pan	Crema de puerros (sin nata) Merluza al horno Fruta - Pan
19	Espaguetis con tomate Abadejo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
20	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata Fruta - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
21	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Fruta - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
22	Crema de calabaza, patata y puerro Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Sopa de pasta Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
23	Judias pintas con verduras Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Merluza a la plancha Fruta - Pan
26	Espirales tricolor salteados con bacon Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Judías verdes con tomate Costillas asadas Fruta - Pan
27	Crema de calabacin Magro con tomate y patatas fritas Fruta - Pan integral	Ensalada con maiz y zanahoria Redondo de ternera asado Yogur de soja - Pan
28	Lentejas con verduras y arroz Fogonero al horno con zanahorias baby Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur de soja - Pan
29	Sopa de picadillo, fideo y jamón serrano Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
30	Panache de verduras con tomate y pavo Pollo estofado con arroz integral Fruta - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Fruta - Pan



ABRILMENÚ SIN LACTOSA

DÍA	MENÚ	CENAS
5	VACACIONES	VACACIONES
	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento	Sopa de pasta
6	Tortilla francesa con ensalada de lechuga	Merluza en salsa verde
	Fruta - Pan Judías verdes saltedas con jamón	Fruta - Pan Ensalada campera
7	Hamburguesa con tomate y patatas fritas	Trucha al horno
,	Fruta - Pan	Fruta - Pan
	Crema de puerros y zanahorias	Ensalada completa
8	Palometa con tomate y patatas panadera Fruta y Leche de soja - Pan	Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
	Fideuá alicantina, judía verde y tomate	Crema de calabaza
9	Brocheta de pollo plancha con ensalda de lechuga	Bacalao al horno con verduras
	Fruta - Pan	Yogur sin lactosa - Pan
12	Coditos con cebolla y tomate Merluza al horno con ensalada de lechuga y aceitunas	Espárragos con vinagreta Filete de ternera con patatas
12	Yogur de soja - Pan	Fruta - Pan
	Sopa de verduras con arroz	Ensalada mixta
13	Ragout de morcillo con patatas fritas	Lenguado en salsa
	Fruta y Leche de soja - Pan Judias blancas estofadas con verduras	Fruta - Pan Champiñones al ajillo
14	Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate	Bacalao al horno
	Fruta - Pan	Yogur sin lactosa - Pan
15	Crema de zanahoria Pescadilla plancha con lechuga, tomate y maiz	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas
15	Fruta - Pan	Fruta - Pan
	Patatas con verduras y jamon	Crema de puerros (sin nata)
16	Huevos con tomate, arroz blanco y champiñon	Merluza al horno
	Fruta - Pan Espaguetis con tomate	Fruta - Pan Alcachofas salteadas
19	Abadejo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas	Ragout de ternera con tomate
	Fruta - Pan	Fruta - Pan
20	Sopa de cocido con fideos Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural
20	Fruta y Leche de soja - Pan	Fruta - Pan
	Paella valenciana con pollo y verduras	Verduras asadas
21	Merluza al horno con patatas al vapor	Calamar a la plancha
	Yogur de soja - Pan Crema de calabaza, patata y puerro	Fruta - Pan Sopa de pasta
22	Tortilla de patata con ensalada de lechuga	Salchichas de pavo con patatas
	Fruta y Leche de soja - Pan	Fruta - Pan
23	Judias pintas con verduras	Espárragos a la plancha
25	Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Merluza a la plancha Fruta - Pan
	Espirales tricolor salteados con bacon	Judías verdes con tomate
26	Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maiz	Costillas asadas
	Fruta - Pan Crema de calabacin	Fruta - Pan Ensalada con maiz y zanahoria
27	Magro con tomate y patatas fritas	Redondo de ternera asado
	Fruta - Pan integral	Yogur sin lactosa - Pan
	Lentejas con verduras y arroz	Berenjena plancha
28	Fogonero al horno con zanahorias baby Gelatina de fresa - Pan	Lenguado al limón Yogur sin lactosa - Pan
	Sopa de picadillo, fideo y jamón serrano	Crema de tomate
29	Albóndigas de ternera jardinera	Sardinas fritas
	Fruta - Pan Panache de verduras con tomate y pavo	Fruta - Pan Ensalada de lechuga con tomate
30	Panache de verduras con tomate y pavo Pollo estofado con arroz integral	Salmón a la plancha
	Fruta y leche de soja - Pan	Fruta - Pan



MENÚ SIN LEGUMBRE

DÍA	MENÚ	CENAS
5	VACACIONES	VACACIONES
6	Brocoli salteado Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Sopa de pasta Merluza en salsa verde Fruta - Pan
7	Judías verdes saltedas con jamón Hamburguesa con tomate y patatas fritas Fruta - Pan	Ensalada campera Trucha al horno Fruta - Pan
8	Crema de puerros y zanahorias Palometa con tomate y patatas panadera Fruta y Leche - Pan	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha Fruta - Pan
9	Fideuá alicantina, judía verde y tomate Brocheta de pollo plancha con ensalda de lechuga Fruta - Pan	Crema de calabaza Bacalao al horno con verduras Yogur - Pan
12	Coditos gratinados con tomate y queso Merluza marinera con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur - Pan	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas Fruta - Pan
13	Sopa de verduras con arroz Ragout de morcillo con patatas fritas Fruta y Leche - Pan	Ensalada mixta Lenguado en salsa Fruta - Pan
14	Macarrones con tomate Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate Fruta - Pan	Champiñones al ajillo Bacalao al horno Yogur - Pan
15	Crema de zanahoria Fritura de pescado con lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Sopa de pescado Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
16	Patatas con chorizo Huevos con tomate, arroz blanco y champiñon Fruta - Pan	Crema de puerros Merluza al horno Fruta - Pan
19	Espaguetis carbonara Abadejo Orly con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta - Pan	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate Fruta - Pan
20	Sopa de ave con fideos Morcillo con tomate Fruta y Leche - Pan	Puré de verduras Caballa en escabeche con tomate natural Fruta - Pan
21	Paella valenciana con pollo y verduras Merluza al horno con patatas al vapor Yogur - Pan	Verduras asadas Calamar a la plancha Fruta - Pan
22	Crema de calabaza, patata y puerro Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta y Quesito - Pan	Sopa de pasta Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
23	Acelgas rehogadas Contra de pollo al horno con arroz blanco Fruta - Pan	Espárragos a la plancha Merluza a la plancha Fruta - Pan
26	Espirales tricolor salteados con bacon Merluza al horno con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Judías verdes con tomate Costillas asadas Fruta - Pan
27	Crema de calabacin Magro con tomate y patatas fritas Fruta - Pan integral	Ensalada con maiz y zanahoria Redondo de ternera asado Yogur - Pan
28	Arroz blanco con verduras Fogonero al horno con zanahorias baby Gelatina de fresa - Pan	Berenjena plancha Lenguado al limón Yogur - Pan
29	Sopa de picadillo, fideo, jamón serrano, pavo y huevo Albóndigas de ternera jardinera Fruta - Pan	Crema de tomate Sardinas fritas Fruta - Pan
30	Panache de verduras con tomate y pavo Pollo estofado con arroz integral Fruta y leche - Pan	Ensalada de lechuga con tomate Salmón a la plancha Fruta - Pan



MENÚ SIN PESCADO

DÍA	MENÚ	CENAS
		0217710
5	VACACIONES	VACACIONES
	Lentejas con zanahoria, cebolla, pimiento	Sopa de pasta
6	Tortilla francesa con ensalada de lechuga Fruta - Pan	Pollo al chilindrón Fruta - Pan
	Judías verdes saltedas con jamón	Ensalada campera
7	Hamburguesa con tomate y patatas fritas	Salchichas al horno con ensalada
	Fruta - Pan	Fruta - Pan
8	Crema de puerros y zanahorias Ternera guisada con tomate	Ensalada completa Cinta fresca a la plancha
0	Fruta y Leche - Pan	Fruta - Pan
	Fideuá alicantina, judía verde y tomate	Crema de calabaza
9	Brocheta de pollo plancha con ensalda de lechuga	Ternera al horno con verduras
	Fruta - Pan Coditos con cebolla y tomate	Yogur - Pan
12	Pechuga de pollo con ensalada de lechuga y aceitunas	Espárragos con salsa rosa Filete de ternera con patatas
	Yogur - Pan	Fruta - Pan
	Sopa de verduras con arroz	Ensalada mixta
13	Ragout de morcillo con patatas fritas	Cinta de lomo en salsa
	Fruta y Leche - Pan Judias blancas estofadas con verduras	Fruta - Pan Champiñones al ajillo
14	Jamoncitos de pollo con ensalada de lechuga y tomate	Chuleta de pavo al horno
	Fruta - Pan	Yogur - Pan
	Crema de zanahoria	Sopa de ave
15	Escalope de ternera con lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Salchichas frescas encebolladas Fruta - Pan
	Patatas con chorizo	Crema de puerros
16	Huevos con tomate, arroz blanco y champiñon	Nuggets de pollo con rodaja de tomate
	Fruta - Pan	Fruta - Pan
19	Espaguetis carbonara Filete de pollo plancha con ensalada de lechuga y aceitunas	Alcachofas salteadas Ragout de ternera con tomate
19	Fruta - Pan	Fruta - Pan
	Sopa de cocido con fideos	Puré de verduras
20	Cocido Madrileño con garbanzos, morcillo, pollo y patata	Pechuga a la plancha con calabacín rebozado
	Fruta y Leche - Pan Paella valenciana con pollo y verduras	Fruta - Pan Verduras asadas
21	Cinta de lomo plancha con patatas vapor	Chuleta de cerdo a la plancha
	Yogur - Pan	Fruta - Pan
	Crema de calabaza, patata y puerro	Sopa de pasta
22	Tortilla de patata con ensalada de lechuga Fruta y Quesito - Pan	Salchichas de pavo con patatas Fruta - Pan
	Judias pintas con verduras	Espárragos a la plancha
23	Contra de pollo al horno con arroz blanco	Escalope de ternera con ensalada
	Fruta - Pan	Fruta - Pan
26	Espirales tricolor salteados con bacon	Judías verdes con tomate Costillas asadas
26	Ternera plancha con ensalada de lechuga, tomate y maiz Fruta - Pan	Fruta - Pan
	Crema de calabacin	Ensalada con maiz y zanahoria
27	Magro con tomate y patatas fritas	Redondo de ternera asado
	Fruta - Pan integral	Yogur - Pan
28	Lentejas con verduras y arroz Pavo a la plancha con zanahorias baby	Berenjena plancha Pollo al horno con verduritas
20	Gelatina de fresa - Pan	Yogur - Pan
	Sopa de picadillo, fideo, jamón serrano, pavo y huevo	Crema de tomate
29	Albóndigas de ternera jardinera	Croquetas de jamón con ensalada
	Fruta - Pan Panache de verduras con tomate y pavo	Fruta - Pan Ensalada de lechuga con tomate
30	Pollo estofado con arroz integral	Cinta de lomo con verduras
	Fruta y leche - Pan	Fruta - Pan